

FIRMAIDRÆT

Nr 1 Februar 2008 | Magasinet fra Dansk Firmaidrætsforbund



GANG I ODENSE

Gratis motion til de ansatte skal gøre en forskel

Regeringen løfter idrætten

4

Linedance – danseglæden smitter

10

Åbne aktiviteter i DFIF 2008

22



LEDER

Skattefri idræt og motion



Foto. Johnny Wichmann

"... forslaget om skattefrihed for arbejdsgiverbetalte idræts- og motionsordninger er en kæmpe chance for DFIF ... vi er den af de tre hovedorganisationer i dansk idræt, der står med de største muligheder i relation til at udnytte effekten af forslaget".

Som det fremgår af min kommentar i dette nummer af Firmaidræt, er der grund til at rose regeringen for det nye regeringsgrundlag. Aldrig før har idrætten haft så central en placering i et regeringsprogram.

Set fra idrættens perspektiv er et af regeringsgrundlagets centrale punkter, at regeringspartierne, i den netop påbegyndte regeringsperiode, vil arbejde for at indføre skattefrihed for arbejdsgiverbetalte idræts- og motionsordninger.

Den nytiltrådte minister i Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse, Jakob Axel Nielsen, har proklameret, at han går efter "færre kunder i butikken" – underforstået, at en øget forebyggelsesindsats skaber færre "kunder" i det danske sundhedssystem. En rigtig udmelding fra en minister, der har et godt kendskab til Dansk Firmaidrætsforbund og vore tilbud på både idræts-, motions- og sundhedsområdet.

Med ovennævnte forslag viser Jakob Axel Nielsen sammen med Kulturminister Brian Mikkelsen og Skatteminister Kristian Jensen, at der er handling bag ordene om "færre kunder i butikken".

Jeg vil gå så vidt som til at sige, at forslaget om skattefrihed for arbejdsgiverbetalte idræts- og motionsordninger er en kæmpe chance for Dansk Firmaidrætsforbund som organisation. Og qua Dansk Firmaidrætsforbunds målgruppe vil jeg samtidig vove den påstand, at vi er

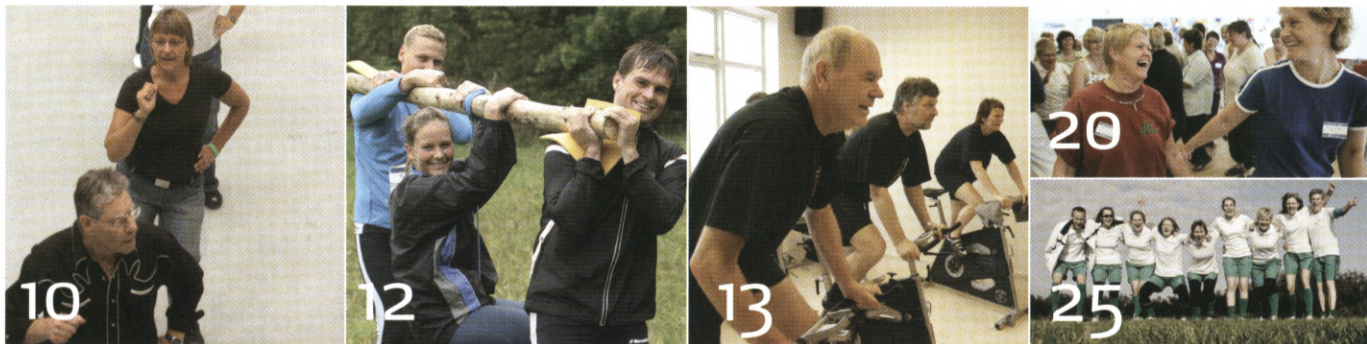
den af de tre hovedorganisationer i dansk idræt, der står med de største muligheder i relation til at udnytte effekten af forslaget. Her tænker jeg både på Motion på Arbejdspladsen (MpA) og ikke mindst de lokale firmaidrætsforeninger landet over. Nu er det op til os at gribe udfordringen og få mest muligt ud af den!

Modsat Ministeren for Sundhed og Forebyggelse, tager Dansk Firmaidrætsforbund meget gerne imod "nye kunder i butikken", og med indførelsen af den førnævnte skattefrihed har vi en enestående mulighed for at sikre forøget interesse om og tilgang til firmaidrættens aktiviteter.

Vi skal have lagt en strategi for, hvorledes vi bedst muligt udnytter dette potentiale, og i den forbindelse er det oplagt, at vore tanker om oprettelse af en række regionale firmaidrætscentre med decentral konsulenttjeneste passer særdeles godt ind i bestræbelserne på at matche den øgede efterspørgsel, som skattefriheden på idræts- og motionsordninger forventeligt vil føre med sig.

Her og nu drejer det sig dog først og fremmest om at få skabt en model for, hvorledes skattefriheden på idræt og motion helt konkret skal udmøntes - et arbejde Dansk Firmaidrætsforbund vil tage fat på sammen med Sundheds- og forebyggelsesministeren samt formændene fra DIF og DGI, når vi mødes i indværende måned.

INDHOLD



Næste nummer af
Firmaidræt udkommer
onsdag den 27. februar 2008

- 4 Regeringen løfter idrætten med nyt regeringsgrundlag
- 6 Årets forening 2007 – Kolding Firma Sport – lytter til medlemmerne
- 8 Firmaidrættens fremtid til høring
- 10 Linedance – danseglæden smitter
- 12 Sundheden styrkes med idræt og motion
- 13 Sundhed på dagsordenen i Næstved kommune
- 14 Damixa vil i form til superligaen
- 15 Gratis motion skal gøre en forskel
- 16 Futsal. Tredje gang blev lykkens gang
- 19 Løberne indtager asfalten på Jyllandsringen
- 20 Seks nye tiltag skal bringe kvinderne til tops
- 22 Åbne aktiviteter i firmaidrætten 2008
- 24 Kurser fra DFIF foråret 2008
- 25 En weekend med Sport, Motion og Samvær i Roskilde
- 27 Sundhed og motion på jobbet
- 29 Landet Rundt
- 30 Navne
- 31 Kort nyt
- 32 Nye elektroniske muligheder på www.dfif.dk

Redaktion: Redaktør John Thrane (ansv.) og kommunikationskonsulent Camilla Svenstrup.
Årgang 51 nr. 1. 2008. De i artiklerne fremførte synspunkter er forfatterens og deles ikke nødvendigvis af Dansk Firmaidrætsforbund. Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere og forkorte artikler og indlæg.

Abonnement: Sekretær Pia Hansen e-mail pia@dfif.dk

Oplag: 12.000 stk. Kontrolleret af Fagpressens Medie Kontrol. ISSN-nr. 0106-2700.

Udgiver: Dansk Firmaidrætsforbund, Storebæltsvej 11, 5800 Nyborg. Tlf. 65 31 65 60. www.dfif.dk
Firmaidræt udkommer hver måned, juli og december måned undtaget. Medlem af Dansk Fagpresse.

Deadline for tekst og annoncer: Torsdag den 7. februar 2008 .

Produktion og tryk: Elbo Grafisk a/s, Nørrebrogade 14-16, 7000 Fredericia.

Forside: Ansatte på virksomheden Damixa sveder på spinningcyklerne da startskuddet til to en halv måned med gratis motion lød i Odense den 14. januar. Foto. Johnny Wichmann.



Dansk
Firmaidrætsforbund

DFIF

Breddeidrætten kommer til at spille en betydelig rolle i regeringens ambitioner om at få flere til at dyrke motion i hverdagen, skriver forbundsformand Peder Bisgaard i en kommentar til det nye regeringsgrundlag

Idrætten har ikke tidligere haft så central en placering i et regeringsgrundlag, som det er tilfældet i VK-regeringens "Mulighedernes samfund", der danner grundlag for regeringens arbejde i de kommende fire år.

Regeringen er tidligere blevet kritiseret for ikke at prioritere en styrkelse af breddeidrættens vilkår højt nok. Men man må sige, at den prøver at rette op på dette med sit nye regeringsgrundlag.

Regeringen indbyder idrætten til samarbejde

Inden for rammerne af kvalitetsfonden vil regeringen blandt andet øge indsatsen i forhold til renovering af nedslidte kommunale idrætsanlæg. Idrætten kan dermed glæde sig over at få del i de betydelige midler, der ligger i kvalitetsfonden. Samtidig

fokuserer regeringsgrundlaget på, at byplanlægning skal understøtte en aktiv livsstil, eksempelvis via bedre cykelstier, motionsfremmende arealer og grønne områder i byerne.

I regeringsgrundlaget er der endvidere indskrevet målsætninger om dopingfri idræt, ligesom idrætten har fået en markant placering, når det gælder forebyggende indsatser på sundhedsområdet. Samtidig skal idrætsforeningerne på det lokale niveau spille en væsentlig understøttende rolle for initiativerne som igangsætter og samlingspunkt i et tæt samarbejde med kommunerne – en samarbejdspartner, som DFIF allerede er i tæt dialog med via vores kommunale turné.

Det er første gang, at et regeringsgrundlag så specifikt rummer



forslag inden for motion, sundhed og inddragelse af foreningslivet. Der er dermed tale om et program, der indbyder til samarbejde på nogle af vore absolutte kerneområder – en mulighed vi ikke vil tøve med at gribe! I den forbindelse vil firmaidrætten også gerne byde ind på en plads i det nye Nationale Råd for Folkesundhed, Motion og Ernæring – et råd, som DFIF via sit omfattende arbejde med sundhedsfremmeinitiativer på arbejdspladsen må anses for værende en oplagt deltager i.

Regerin



Skattefri motion – både i fitnesscentre og i idrætsforeninger

Med det nye regeringsgrundlag lægges der op til, at såvel offentlige som private arbejdsgivere skal kunne tilbyde medarbejderne gratis motion i fitnesscentre, uden at medarbejderne beskattes. Da denne skattefrihed, efter et massivt pres fra DFIF, DGI og DIF, også kommer til at gælde for idrætsforeningerne, må ordningen forventes at komme til at betyde en markant forbedring af folkesundheden og

af medlemstallet i idrætsforeningerne.

Jeg vil gerne rose regeringen for at have lyttet til kritikken af det oprindelige forslag vedrørende skattefri motion. Med det nye forslag viser regeringen, at den mener det seriøst, når den siger, at den har som erklæret mål at styrke folkesundheden og foreningslivet.

Samlet set er der med det nye regeringsgrundlag tale om et stort fremskridt for idrætten. I DFIF glæder vi os til at føre forslagene ud i livet.

Med det nye regeringsgrundlag lægges der op til, at såvel offentlige som private arbejdsgivere skal kunne tilbyde medarbejderne gratis motion i fitnesscentre og idrætsforeninger, uden at medarbejderne beskattes.

Nye idræts- og sundhedspolitiske ordførere

Folketingets partier har efter valget i november 2007 konstitueret sig med følgende idræts- og sundhedspolitiske ordførere:

Idrætspolitik:

- Venstre: Troels Christensen
- Socialdemokraterne: Flemming Møller Mortensen
- Dansk Folkeparti: Karin Nødgaard
- SF: Pernille Frahm
- Det Konservative Folkeparti: Per Ørum Jørgensen
- Det Radikale Venstre: Simon Emil Ammitzbøll
- Ny Alliance: Malou Aamund
- Enhedslisten: Per Clausen

Sundhedspolitik:

- Venstre: Birgitte Josefsen
- Socialdemokraterne: Jens Peter Verner sen
- Dansk Folkeparti: Liselott Blixt
- SF: Kamal Qureshi
- Det Konservative Folkeparti: Vivi Kier
- Det Radikale Venstre: Lone Dybkjær
- Ny Alliance: Anders Samuelsen
- Enhedslisten: Per Clausen

DFIF gennemfører i øjeblikket en møderunde til samtlige idræts- og sundhedspolitiske ordførere.

gen løfter idrætten

Kolding Firma Sport lytter til medlemmerne

Årets forening 2007: Kolding Firma Sport er på vej med generationsskifte og nye planer for udvikling af foreningen



Kolding Firma Sports bestyrelse. Forrest fv den nyalgte formand, Hans Chr. Jørgensen, redaktør, PR-mand og fotograf, Carsten Bülow, næstformand og formand for petanqueudvalget, Anett Bülow. Bagerst fv er det kasserer og formand for golfudvalget, Jørn O. Godt, formand for kegleudvalget, Jørgen Chr. Rasmussen, siddende på motionscyklen er det formanden for Støtteforeningen, Kirsten Johnsen, formand for fodboldudvalget, Bertil K.H. Jensen, formand for badmintonudvalget, Bjarno Sørensen og formand for bowlingudvalget, Torben Frandsen. Formanden for motionsudvalget, Svend Bjørnbak, var ikke til stede da billedet blev taget.

"I år har udvalget valgt, at stabilitet og stolte traditioner er det bærende element i udvælgelsen af Årets forening".

Sådan lød det fra talerstolen på DFIF's repræsentantskabsmøde i november, da forbundsformand Peder Bisgaard motiverede, at Kolding Firma Sport (KFS) blev Årets forening 2007.

Stabilitet – ja, det kan jo fint illustreres ved, at formanden for KFS har været den samme i 34 år, lige indtil den 20. oktober 2007, hvor generalforsamlingen valgte Hans Chr. Jørgensen som ny formand efter Jørn O. Godt.

Stolte traditioner – ja, KFS har altid markeret sig som arrangør af forbundets DM-stævner og andre store arrangementer, bl.a. Firmaidrætsfestivalen i 2002, og le-

derne har gennem mange år markeret sig på forbunds- og kredsplan.

Men ligger der mere bagved den fornemme hæder? Hvad er det, som optager ledelsen i KFS her og nu, og hvordan ser fremtiden ud for den store østjyske forening? For at få svar på de spørgsmål havde Firmaidræt sat KFS' bestyrelse stævne en januaraften i foreningens hovedkvarter – Parkhallen i Kolding.

God dialog med medlemmerne

KFS er Koldings suverænt største idrætsforening med 5.645 medlemmer (2006-tal). I modsætning til den generelle tendens, har de traditionelle idrætsgrene badminton, bowling og fodbold det rigtig godt i KFS, hvor man kan bryste sig af

en flot fremgang. Formændene for de respektive udvalg, Bjarno Sørensen, Torben Frandsen og Bertil K.H. Jensen svarer som med én stemme, at det handler om at have en god dialog med medlemmerne.

- Vi lytter efter, hvad bowling-spillerne gerne vil have, siger Torben Frandsen. Vi har bl.a. fået bedre tider, hvor vi starter kl. 17.00 i stedet for kl. 18.00, og så sørger vi for, at de der ønsker det, kommer ud og spiller åbne turneringer og DM-stævner.

- I fodboldudvalget har vi spurgt, om de vil spille en løbende turnering hver uge, eller om de hellere ville spille færre gange på en sæson og så op til syv kampe på en aften. Firmaholdene foretrækker det sidste, siger Bertil K.H. Jensen.

- Samtidig afvikler vi flere stævner, bl.a. vores traditionsrige Julestævne, som i 2007 blev afviklet for 50. gang, og vores Byrådspokalstævne, hvor der spilles om Kolding Byråds Vandrepokal. Begge stævner tiltrækker andre hold end dem, der spiller med i vores turnering, og er med til at gøre god reklame for både ude- og indfodbolden i KFS.

- I badmintonudvalget har vi et fleksibelt tilbud, fordi vi spiller i flere haller, og vi har altid et tidspunkt, der passer medlemmerne, siger Bjarno Sørensen.

- Allerede i slutningen af april måned kontakter vi badminton-spillerne og spørger, om de vil spille næste sæson. Vi spiller en ranglisteturnering, og de årlige klubmesterskaber er også med til at puste

Birthe M. Sørensen er ansat som kontorassistent og er KFS' ansigt udadtil overfor klubberne og virksomhederne.



til interessen for badmintonspillet. Fremtidsplanerne handler om online booking af badmintonbaner, således at folk, der får lyst til et slag badminton med kollegaer, kan se, om der er ledige baner og så booke dem på nettet. Det forventer vi os en del af, fordi folk gerne vil have fleksible tilbud, siger Bjarno Sørensen.

Succes med firmagolf og Livsstilsklub

Blandt de nyeste skud på stammen med aktiviteter er Livsstilklubben, firmagolf og Idræt For Alle (IFA), og de aktiviteter er kommet flyvende fra start. Livsstilklubben samler hver uge 30-40 medlemmer til rådgivning og kost og motion, og firmagolf er blevet en stor succes.

- Vi inviterede til et åbent hus arrangement for at introducere firmagolf på en Pay and Play bane. Vi havde håbet på 40-50 interesserede, men der kom 110, fortæller Jørn O. Godt, der er formand for golfudvalget i KFS.

- Vi spiller på en par 3 bane. Dvs. at folk kan komme ind lige fra gaden og prøve kræfter med golfspillet. Vi har en løbende handicapturering fra april til september med ca. 20 hold, og golf er kommet for at blive i KFS.

I 2006 blev Idræt For Alle (IFA) i Kolding associeret med KFS, og det har vist sig at være en stor gevinst for begge parter. Aktivitetstilbudet i IFA henvender sig til alle med ledig tid om dagen, og hver uge, alle ugens dage, er der tilbud om bl.a. aerobic, badminton, bueskydning, fitness, linedance og gymnastik i Parkhallen og andre haller i Kolding, ligesom IFA også tilbyder idræt for sindslidende.

Aktiv støtteforening

Hver fredag, 50 uger om året, samler støtteforeningen i KFS 225 bankospillere til hygge og samvær i spillelokalerne ved Sydbanegade.

- Det er et stort arbejde, men det er også blevet en livsstil. Vi kender jo næsten alle, der kommer og spiller, så det er jo også en stor social aften, hvor der er hygge og god stemning, siger formanden for Støtteforeningen Kirsten Johnsen, der har 25 hjælpere i gang hver fredag aften.

- Hos støtteforeningen kan KFS søge om tilskud til kontorrekvisitter, beklædning og nyanskaffelser, og støtteforeningen siger aldrig nej. Det har vi i hvert fald ikke gjort endnu, siger Kirsten Johnsen med et smil.

Senest har Støtteforeningen bidraget til indretningen af en container for petanquespillerne ved banerne ved Seest og med en ny computer til bowlingudvalget.

Generationsskifte, flere kvinder og mere synlighed

Der er fart på udviklingen i KFS, og det kræver, at ledelsen også er oppe i det rigtige gear. Derfor har bestyrelsen det seneste år været igennem et forløb med foreningsudvikling, og der er lavet planer og strategier for de kommende år.

- Vi har taget fat på et generationsskifte i KFS, og et af vore fokusområder er, at vi skal have flere kvinder ind i ledelsen, siger Hans Chr. Jørgensen, der har afløst Jørn O. Godt på formandsposten.

- Vi har fået udarbejdet en udviklingsplan, og i den har vi nogle strategiske mål, som bestyrelsen arbejder efter. Vi skal være mere synlige i Kolding, og derfor vil vi

Kolding Firma Sport blev stiftet 19. marts 1952. 5.645 medlemmer (2006-tal). Foreningen har siden 1982 været medejer af Parkhallen i samarbejde med Kolding Håndboldklub. Fodbold er den største aktivitet med 1.014 medlemmer, nr. to er bowling med 974 medlemmer. KFS tilbyder også badminton, fiskeri, golf, kegler, svømning, gymnastik, petanque, stavgang, fitnessaktiviteter og Livsstilsklub. I 2006 blev Idræt for Alle i Kolding (IFA) med 900 medlemmer associeret med KFS.

satse på et DM-værtskab hvert år. I 2009 er det bowling, i 2010 vil vi lægge billet ind på indefodbold, og i 2011 vil vi gerne afvikle DM-stævnet i kegler.

- Samtidig arbejder vi hele tiden på at udvikle de eksisterende tilbud til medlemmerne, således at de følger de ønsker, de har. Det seneste tiltag er et 9 pins stævne, som bowlingudvalget afviklede med 120 starter. I udviklingsplanen har vi også vedtaget at starte nye aktiviteter op, og her satser vi nu på at starte linedance op, siger Hans Chr. Jørgensen, der også kan løfte sløret for, at KFS går med planer om at tilbyde fitness og wellness, således at KFS også er på banen indenfor sundhedsfremme.

- Et andet projekt som vi forventer os meget af, er et projekt, der skal skabe bedre kontakt til kontaktpersonerne i firmaerne. Vi skal have trukket dem tættere på os og bringe dem med ind i planlægningen af aktiviteterne, så vi ved, hvad der rører sig i firmaerne og på arbejdspladserne. Her indgår også en styrkelse af vores kommunikation, som fremover i højere grad vil komme til at foregå via vores hjemmeside og på mail med udsendelse af nyhedsbreve, fordi vi netop har besluttet at nedlægge vores medlemsblad, siger Hans Chr. Jørgensen.

Se mere på
www.koldingfirmasport.dk

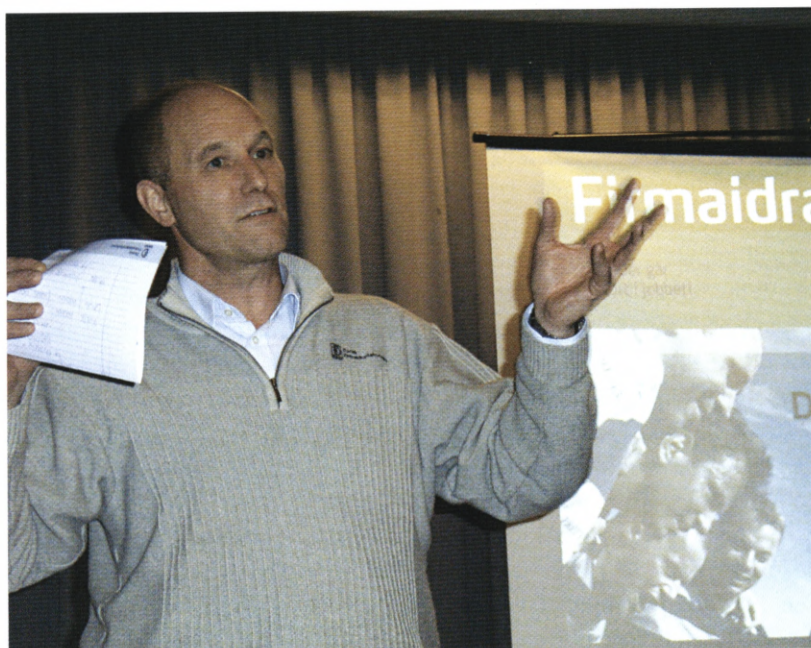
Firmaidrættens FREM

- Det handler om at fastholde firmaidrættens position. Vi skal bare se at komme i gang med den her plan og med de regionale centre.

Sådan lød meldingen fra Karsten Lyhne fra Middelfart Firma og Familie Idræt, da knap 70 foreningsfolk fra Landsdel Syd først i januar var samlet til høringsmøde i Kolding for at debattere et oplæg om firmaidrættens fremtidige mission, værdier og strategiske mål. Mødet i Kolding var det første i en række af høringer i januar, hvor også foreningerne i Landsdel Nord, Landsdel Øst og i DFIF's kredse i Midt-, Øst- og Vestjylland er indbudt til at forholde sig til oplægget "DFIF i Bevægelse", som blev præsenteret første gang på forbundets repræsentantskabsmøde i november 2007.

I Landsdel Syd var høringsmødet præget af engageret debat, og deltagerne pegede på, at de faktisk havde brug for endnu mere tid til at diskutere de forskellige elementer i oplægget. Det var ikke alle, der var lige så positive i deres udmeldinger som Karsten Lyhne, og oplægget møder bl.a. skepsis, når det gælder den økonomiske side af sagen.

Firmaidræt har talt med et par foreningsledere efter høringsmødet



DFIF's forbundsformand Peder Bisgaard havde knap 70 foreningsfolk i tale ved høringsmødet om "DFIF i Bevægelse" i Landsdel Syd.

for at få uddybet deres syn på "DFIF i Bevægelse".

Finansiering af regionale centre en knast

- Jeg synes, at det er et rigtig godt og gennearbejdet forslag, og langt hen ad vejen synes jeg også, at det er den rigtige vej at gå. Det er de regionale centre, der er den store knast i oplægget, siger for-

manden for Sønderborg Familie og Firma Sport (SFFS), Jonny Arnold, der kan nikke ja til langt de fleste af de strategiske mål for DFIF.

- Folk vil gerne have de regionale centre og synes, at det er en god idé, men de vil ikke være med til at betale for dem. Og det kan jeg egentlig godt forstå. Jeg har svært ved at se, at vi i Sønderborg kan få gavn af et center, der ligger

Oplægget "DFIF i Bevægelse" er i øjeblikket til høring i forbundets kredse og landsdele. I Landsdel Syd lyder der positive toner, når det gælder oplæggets indhold og værdier, men man er skeptisk over for den økonomiske plan

TID til høring

i Fredericia, uddyber formanden fra Sønderborg, der ikke mener, det er den rigtige vej for forbundet at bruge seks mio. kr. på otte regionale centre, men hellere havde set en mere decentral løsning med projektsatte konsulenter.

Finansieringen af de regionale centre skal ifølge oplægget deles mellem forbund og foreninger, og det vil naturligt nok få konsekvenser for foreningernes aktivitetstilskud.

- Det ser bestemt ikke godt ud, hvis vi i Sønderborg mister 2/3 af vores aktivitetstilskud fra DFIF. Vi er meget afhængige af aktivitetstilskuddet og vil komme til at mangle ca. 40.000 kr. i regnskabet. Det svarer til, at jeg skal ud og finde ca. 375 nye medlemmer, og det tror jeg ikke, vi kan hente i løbet af et år, vurderer Johnny Arnold. Han fortæller, at foreningen i forvejen slås med, at Sønderborg Kommune har fjernet driftstilskuddet til SFS-Hallen på ca. 150.000 kr. over en 3-årig periode, hvilket har medført en mærkbar prisstigning for medlemmerne.

Noget af det mest positive i lang tid

På den anden side af Lillebælt ser formanden for FKS Odense, Vagn Jensen, mange muligheder i oplæg-

get til firmaidrættens strategiske fundament i fremtiden.

- Det er noget af det mest positive, jeg har set længe. Oplægget lægger op til, at vi skærper DFIF's profil, og de regionale centre er det, der skal til for at styrke firmaidrætten lokalt, lyder det fra Vagn Jensen, som vurderer at den odenseanske forening vil miste omkring 70.000 kr. i aktivitetstilskud ved en realisering af planen om regionale centre.

- Men de penge må vi finde andre steder. Og det er jo altså også meningen, at centrene på sigt skal hjælpe os til at få flere medlemmer.

Formanden fra Odense forstår dog fuldt ud bekymringen for de økonomiske konsekvenser, som optager andre af landsdelens foreninger, og han peger derfor på muligheden for at starte i forskelligt tempo.

- Måske skal ikke alle otte centre arbejde på fuldt tryk fra starten. Vi kunne jo prøve os frem med f. eks. deltidsstillinger, indtil vi kender behovet mere præcist i det enkelte område, siger han.

Tid til dialog

I styregruppen bag "DFIF i Bevægelse" glæder man sig over den generelt gode opbakning til oplægget

og er spændt på tilbagemeldingerne ved høringsmøderne i de øvrige landsdele.

- Det er vigtigt, at tingene ikke hastes igennem, for der skal være den nødvendige tid til dialog og refleksion. Derfor forventer vi også at bruge formandsmødet i april til at fortsætte dialogen med foreningerne, siger foreningskonsulent Per Nedergaard Rasmussen, som er projektleder på "DFIF i Bevægelse".

Han peger på, at målgruppen er et af de andre områder i oplægget, hvor der stadig ligger nogle udfordringer, f.eks. i forhold til familien og den store gruppe af seniorer i DFIF.

- Oplægget har et klart fokus på arbejdspladsen som firmaidrættens primære målgruppe. Men det betyder jo ikke, at man som forening skal ændre sin formålsparagraf, eller at man ikke må satse på familierne og seniorerne også, understreger Per Nedergaard Rasmussen.

Oplæg og info om "DFIF i Bevægelse" kan ses på ForeningsNet på www.dfif.dk

Linedance – danseglæden smitter

Linedance er et fokusområde i DFIF i 2008. Vil du også være med til at præge udviklingen af linedance i DFIF, så meld dig på banen nu

Så snart første tone er slået an, er dansegulvet fyldt med glade dansere, og danseglæden smitter fra person til person. Det er helt tydeligt, at også danskerne har taget linedance til sig, derfor er denne smittende og livsglade trend også blevet et fokusområde i DFIF i 2008.

Linedance som fokusområde

De første tiltag omkring linedance blev taget af Idræts- & Motionsudvalget allerede i 2007, hvor der blev nedsat en arbejdsgruppe bestående af frivillige ledere fra foreninger fra Frederiksværk, Hillerød og Assens og tilknyttet en konsulent og projektleder. Arbejdsgruppens første resultat blev et flot li-

nedancetræf i Hillerød den 31. august til 2. september 2007. Træffet viste, som forventet, at her var der en trend, som kunne være med til at udvikle både forbund og foreninger, og samtidig give nye medlemmer til foreningerne, fordi linedance er en smittende og livsglad motionsform, der tiltrækker mange nye medlemmer.

Linedance er en succes

Linedance er en populær danseform, som ikke kræver en partner, så ingen behøver at føle sig uden for, fordi man ikke lige har en fast partner. Dansen kan danses af alle - både unge, ældre, enlige og par, og det er en motionsform, der hurtigt

kan sættes i værk og som let samler en masse glade mennesker. Der kan danses til alle former for musik, så man kan også danse til sin yndlingsmusik, og det er hurtigt vejen til succes hos alle deltagere.

Der er mange forskellige dansemuligheder og danseoplevelser, man kan f.eks. danse i en forening, i en klub og deltage i danseaftener med afvekslende dansearrangementer. Man kan danse til opvisning, og man kan deltage i træf både nationalt og internationalt. Dansen kan således tilfredsstille mange behov

Her findes linedance i DFIF

- Dansk Politiforbund
 - Danske Jernbaners Fritidsforbund
 - SKAT Fritid & Idræt
 - Familie og Firma Idræt Korsør
 - Firmaidræt Frederiksværk
 - Grenaa Firmasport
 - Grindsted Familie og Firma idræt
 - Herning Firma Idræt
 - Hillerød Firmasport
 - Kolding Firma Sport
 - Lemvig og Omegns Firmaidræt
 - Maribo Firma- og Familiesport
 - Morsø Firmasport
 - Nordfyns Firmaidræt
 - Odder Firma Firma Idræt
 - Ringkøbing og Omegns Firmaidræt
 - Ringsted Firma Sport
 - Silkeborg Firma-Sport
 - Sønderborg Familie og Firma Sport
 - Vestfyns Firmaidræt
 - Aalborg Firmasport
-



Det første linedance-træf i DFIF blev afviklet i Hillerød i efteråret 2007 og samlede over 150 entusiastiske linedancere.

Alle kan være med når der danses til alle slags musik, og linedance er med til at tiltrække mange nye medlemmer.



hos deltagerne, men det vigtigste er nok samværet, den glade musik og bevægelsen, som kan læres af alle.

Vær med til at præge linedance

Hvis du har en drøm om at være med til at præge linedancens udvikling, og hvis du er fyldt med idéer, har erfaring med linedance og har lyst til at lægge et stykke frivilligt og spændende arbejde lokalt og på forbundsplan, så har du mulighed for at deltage i den fokusgruppe, som også er ved at blive nedsat på området linedance.

Fremtiden og DFIF's vision

Linedance falder således godt ind i DFIF's vision om, gennem idræt, motion og samvær, at være samlingspunkt for og drivkraft mod en bedre livskvalitet, idet denne nye trend også er med til at styrke DFIF's indsatsområder: Foreningerne, voksne, arbejdspladsen og seniorer.

Idræts- & Motionsudvalget giver også tilskud og konsulenthjælp til opstart af linedance i foreningerne, afvikling af arrangementer og støtte til afvikling af andre spændende udviklings tiltag. Så hvis du sidder med en god idé eller ønsker at starte linedance i din forening, så gælder det bare om, at kontakte din forening, kontakte DFIF på telefon 65 31 65 60 eller sende konsulent Jane Have Andersen en mail på jha@dfif.dk

Der er over 20 foreninger i DFIF der har linedance på programmet.

God motion og koordination

- Linedance er god motion, som holder gang i kredsløbet og koordinationen og giver dejligt samvær med andre
- Det er en motionsform, der ikke behøver at kræve andet end et par gode sko og et åbent sind for at lære de forskellige trin
- Uøvede og øvede dansere kan danse på samme gulv og til samme musik samtidig

Linedance som fokusområde i DFIF i 2008

Linedance er en motionsform, som henvender sig til nye grupper af medlemmer inden for DFIF's målgruppe Linedance skal som fokusområde være med til:

1. at øge aktiviteten på motionsområdet i foreningerne og dermed også øge medlemstilgangen i DFIF
2. at øge presseomtalen lokalt
3. at øge konkurrencedygtigheden lokalt

Tilskud og hjælp til foreningerne

DFIF yder økonomisk tilskud til opstart og udvikling af linedance, og støtten gives i form af:

- Opstartstilskud og FOU-puljemidler – se mere på www.dfif.dk
 - Konsulenthjælp til igangsættelse og udvikling
 - Supervisorhjælp fra erfaren igangsætter
 - Quickguide til opstart og afvikling af arrangementer
- Ønskes hjælp kontakt Jane Have Andersen på jha@dfif.dk eller projektleder Kirsten Mikkelsen på kirsten@dfif.dk

Kommende arrangementer og kurser

- 12. april 2008: Linedancetræf i Lemvig
- 13. april 2008: Danseteknik, musik og koreografiforståelse første del med Niels B. Poulsen i Nyborg
- 8. juni 2008: Danseteknik musik og koreografiforståelse anden del med Niels B. Poulsen i Nyborg
- 12.-14. september 2008: Instruktøruddannelse med Niels B. Poulsen kursus 1 i Vejle
- 29.-30. august 2008: Instruktøruddannelse med Niels B. Poulsen kursus 3 i Vejle
- 14.-16. november 2008: Linedancetræf i Hillerød

Se mere på www.dfif.dk

Sundheden styrkes med idræt og motion

I 2008 sætter Idræts- & Motionsudvalget i DFIF fokus på en række nye områder inden for idræt og motion



DFIF skaber nye former for idræt og motion – her Firma Multi Motion – der kombinerer samvær i et nyt fællesskab med individuelle valg.

Idrætsbilledet i Danmark er hele tiden under udvikling, der opstår nye trends og motionscentre dukker op over hele landet. Motionister såvel som idrætsfolk stiller krav om at kunne dyrke deres motion eller idræt, når det passer sammen med egen kalender og familieforhold, og holdsporten er på retur, idet flere

Fokusområder i 2008

- Linedance
- Firma Multi Motion
- Firma Beachvolley
- Futsal – Denmark Open
- DM-stævner
- Spinning
- Holdgolf
- Idræt om Dagen
- Start to Run

og flere vælger den individuelle motionsform.

Men selv om den individuelle livsstil på mange områder er i frem-march, så er f.eks. de mange motions- og cykelløb et tegn på, at ønsket om at dyrke motion i et fællesskab fortsat lever. F.eks. er tilmeldingen til Broløbet over Storebæltsbroen i maj 2008 allerede lukket flere måneder før løbets afvikling!

Fokusområder 2008

Det gælder således om i fremtiden at kunne kombinere fleksible rammer og individuelle valg med et spændende og nyt fællesskab. De nuværende idrætter skal udvikles samtidig med, at der også skabes nye former for motion og idræt, som kan være med til at fremme glæden ved motion og styrke sundheden for de man-

ge ansatte på landets store og små virksomheder. DFIF ønsker også, at der skabes flere aktiviteter, der henvender sig til kvinder, og som giver kvinder flere muligheder for at dyrke motion og idræt i foreningerne. Idræts- & Motionsudvalget har i 2008 sat fokus på følgende områder: Linedance, Firma Multi Motion, Firma Beachvolley, Futsal – Denmark Open, DM-stævner, Spinning, Holdgolf, Idræt om Dagen og Start to Run.

Vær med til at præge udviklingen

På hvert eneste fokusområde er der mulighed for, at foreninger, frivillige og medlemmer kan være med til at præge udviklingen og komme med idéer, for der tilknyttes en arbejdsgruppe til hvert område. Arbejdsgruppens formål er, at:

1. Komme med idéer til udvikling både på forenings- og forbunds-niveau
2. Udbygge netværk omkring den enkelte idræt
3. Være med til at sætte initiativerne i gang og at rådgive den enkelte forening
4. Udvikle stævner for den enkelte idræt

Så hvis du brænder for et fokusområde og vil være med til at præge udviklingen, så har du nu muligheden. Kontakt den konsulent, der er tilknyttet det enkelte område. Du finder konsulenten på www.dfif.dk

Du kan også kontakte DFIF på telefon 65 31 65 60 eller Jane Have Andersen på jha@dfif.dk

Sundhed på dagsordenen

KRAM-projekt i Næstved skudt i gang med Sundhedsmesse i Næstved Firma Sport

Januar måned har stået i motionens og sundhedens tegn i Næstved. Det landsdækkende KRAM-projekt, der skal kortlægge danskernes sundhed, var nået til Næstved, og i perioden fra den 7. januar til den 2. februar har der været frit slag for borgerne i Næstved til at få tjekket sundheden i KRAM-bussen og tage for sig af gratis motionstilbud fra bl.a. Næstved Firma Sport (NFS).

Samarbejde om Sundhedsmesse

Der var masser af inspiration til et sundere liv med mere motion på den Sundhedsmesse der blev afviklet den 12. januar i NFS' lokaler i samarbejde med Næstved Sundhedscenter. 32 foreninger og organisationer viste hvad de havde af sunde tilbud til borgerne. Sundhedsmessen blev åbnet af Næstveds borgmester Henning Jensen (S), og han var glad for samarbejdet mellem kommunen og de frivillige foreninger.

- Formålet med Sundhedsmessen er at sætte fokus på alle de gode, spændende og sunde tilbud, der er i Næstved Kommune, således at borgerne bliver inspireret til et sundt liv, sagde borgmesteren, der lagde for med det gode eksempel og tog en tur på spinningcyklen, hvor NFS stillede instruktører og spinningcykler til rådighed.

Hele januar har NFS haft tilbud om gratis motion både i dagtimerne og om aftenen, og borgerne i Næstved har kunnet gå ind lige fra

gaden og spille badminton, bordtennis, petanque og dart. Desuden har Livsstilsklubben Shaft særlig fokus på motion for unge overvægtige mellem 15 og 23 år. Udover de gratis aktiviteter inviterede NFS også på bowling, spinning, fodbold og skydning.

Inspiration til mere motion

Aja Andersen fra NFS, der har været tovholder på Sundhedsmessen understreger, at alle er velkommen i firmasporten, og at man ikke behøver at komme fra et firma for at kunne deltage.

- Vi får en masse borgere i Næstved ud til vores dejlige lokaler i den gamle Garderhusarkaserne. Vi håber, at Sundhedsmessen og de mange tilbud om gratis motion kan inspirere nogle af borgerne i Næstved til at fortsætte med dyrke motion hos firmasporten, siger Aja Andersen, der håber, at Sundhedsmessen kan blive en tilbagevendende begivenhed.



Politikerne gik forrest og trådte til i pedalerne da Sundhedsmessen åbnede dørene for borgerne i Næstved. Forrest Næstveds borgmester Henning Jensen (S) der træder an på spinningcyklen sammen med folketingspolitikeren Karsten Nonbo (V).

- KRAM er forkortelsen for Kost, Rygning, Alkohol og Motion, som alle er vigtige faktorer for vores sundhedstilstand
- Den landsdækkende KRAM-undersøgelse foregår i 13 kommuner landet over og skal kortlægge danskernes sundhed
- I den første uge besvarede næsten 5.000 borgere i Næstved et spørgeskema om deres KRAM-vaner og generelle sundhedstilstand. Knap 1.200 havde booket en tid til en sundhedsundersøgelse i KRAM-bussen
- Resultaterne samles i en kommunal sundhedsprofil og til en fremadrettet forebyggende indsats for sundhedsfremme i Næstved Kommune

Læs mere på www.kram-undersoegelsen.dk og på www.naestved.dk/kram



Damixa i form til superligaen

- Damixa vil gerne spille med i superligaen, så derfor skal vi også være i god form.

Med disse ord satte administrerende direktør i Damixa Group, Kim Kenlev, gang i en række motionsaktiviteter for medarbejderne på den odenseanske armaturvirksomhed, der sammen med fire andre arbejdspladser deltager i projekt Gang i Odense. Frem til den 1. april kan Damixas godt 350 medarbejdere ganske gratis prøve kræfter med spinning, løbe- eller gåture med GPS-navigation og forskellige former for dans. Fælles for alle motionsaktiviteterne er, at de foregår lige efter arbejdstid med hold en gang om ugen kl. 14.30 og kl. 16.00.

- Vi vil gerne give alle vores medarbejdere et tilbud om motion, hvilket ligger fint i tråd med, at vi i forvejen har fokus på arbejdsmiljø

og trivsel på arbejdspladsen. Man bliver gladere, når man får rørt sig, og vi tror på, at det også smitter af på den indsats, medarbejderne kan levere i arbejdstiden, uddyber Kim Kenlev, der selv har planer om at være med på spinningcyklerne.

Godt initiativ

Det er ikke kun direktøren på Damixa, der virker begejstret for motionsiltaget. Også medarbejderne, der er mødt op i kantinen ved presseeventen og startskuddet for Gang i Odense den 14. januar, er klar til start.

- Det er et godt initiativ. Vi får mulighed for at prøve os selv af, og det er meget nemmere, at det foregår her på virksomheden lige efter arbejde, siger lagermedarbejder Johnny René Pedersen, inden han sætter sig op på spinningcyklen

ved siden af ni andre kolleger, som har valgt at cykle med første gang, der er spinning på programmet hos Damixa.

Deltagerne kommer fra flere forskellige afdelinger, og dagens hold består af både mænd og kvinder, blandet i alle aldersgrupper. Et par stykker har prøvet spinning før, men de fleste sidder i sadlen for første gang. Efter en times trampen i pedalerne, sveder de 10 Damixa kolleger bravt.

- Pyh, det var godt nok lidt hårdt. Men jeg skal da være med

Gratis motion skal gøre en forskel

Odenses borgmester Jan Boye lod det ikke blive ved de flotte ord, da han satte gang i projektet "Gang i Odense" på virksomheden Damixa den 14. januar. Borgmesteren benyttede nemlig lejligheden til at teste konditionen hos Hjerterforeningen, der stod klar med en konditest. Resultatet kunne han også være godt tilfreds med. Over middel.

- Det er en fornøjelse at stå her på Damixa i dag, hvor vi sammen skaber opmærksomhed om motion på arbejdspladsen, sagde Jan Boye, der understregede nødvendigheden

af at sætte fokus på motion og sundhedsfremme.

I de næste to måneder bliver der tilbudt gratis motion på fem odenseanske virksomheder, hvor 204 medarbejderne har svaret på spørgsmål omkring deres motionsvaner.

- Det er vigtigt, at den enkelte tager ansvar for egen sundhed, og det er mit store håb, at I vil benytte mulighederne for motion på arbejdspladsen, og dermed vise det gode eksempel for jeres kolleger og andre odenseanske virksomheder, sagde Jan Boye.

I Odense har man i det lokale partnerskabsprojekt, som foregår i samarbejde med Odense Kommune, valgt at fokusere på motionsuvalte voksne på arbejdspladserne. "Gang i Odense" er startet med en undersøgelse på fem virksomheder, hvor man via sundhedscaféer har givet medarbejderne personlig vejledning i at komme i gang med den form for fysisk aktivitet, som passer bedst til deres ønsker.

Gerne motion på jobbet

55 % svarede, at de gerne vil dyrke motion på arbejdspladsen, 49 % vil gerne dyrke motion i en forening. De



Frem til den 1. april byder Damixa på gratis motion lige efter arbejdstid. I forgrunden er det produktionsdirektør Jan Jørgensen, der træder i pedalerne, og bagerst følger Aase Schelde trop.

Medarbejderne hos den odenseanske producent af armaturer, Damixa, kan de næste måneder dyrke gratis motion lige efter arbejdstid som en del af projekt Gang i Odense

igen næste gang, lyder det med et smil fra Aase Schelde, der arbejder på lageret.

Hun bliver bakket op af kollegaen Marlene Hansen, som arbejder som koordinator i produktudvikling:

- Det er et super godt tilbud, som jeg helt sikkert vil benytte mig af, og det passer mig rigtig fint at kunne dyrke motion i forlængelse af arbejdstiden, forklarer hun.

Fortsætter, hvis det virker

Mens der er blevet svedt på spinningcyklerne i kantinen, har en an-

den gruppe danset linedance, og andre har motioneret udenfor.

- Det prøver vi igen, kommer det prompte fra Anita Hansen, da hun træder ind af døren efter en 6 km gåtur, hvor hun sammen med fem kolleger har fulgt en rute ved hjælp af den medbragte GPS. Anita Hansen regner også med at prøve nogle af de andre aktiviteter, og hun peger på, at det er sjovt at være sammen med sine kolleger på en anden måde, end når man arbejder.

- Vi bliver trukket ud af starthul-lerne, og så er det en kæmpe for-

del, at man ikke først skal hjem og så op af sofaen senere.

Hvis motion efter arbejde på Damixa bliver en succes blandt medarbejderne, er administrerende direktør Kim Kenlev positiv over for at lade tilbuddet fortsætte efter projektperioden. Og det er Vagn Jensen, formand for FKS Odense, klar til.

- Efter marts måned fortsætter vi med at have dette tilbud til virksomhederne i Odense, hvor de kan få motionsaktiviteter ud på selve arbejdspladsen.

Gratis motion på fem odenseanske virksomheder skal motivere ikke-motionsvante til fysisk aktivitet

mest efterspurgt motionsaktiviteter er cykelture (42 %), motionscenter/styrketræning (39 %), løbeture (32 %), svømning (30 %) og traveture (26 %). Der er et stort ønske om, at aktiviteterne ligger i umiddelbar forlængelse af arbejdsdagen.

Derfor vil medarbejdere på Damixa kl. 14.30 og 16.00 kunne vælge at prøve: spinning, gang og løb med GPS (geocaching) samt forskellige former for dans. Lignende tilbud er sat i gang på de fire andre virksomheder i projektet: W.H. Produkter, Odense Brandvæsen, Arla Foods-Birkum Ost og De Forenede Dampvaskerier A/S.

Partnerskabsgruppen Gang i Danmark

- Gang i Danmark er en satsning fra regeringen, som skal sætte fokus på fysisk aktivitet som forebyggelse af sygdom i 2007.
- Partnerskabsgruppen Gang i Danmark består af seks organisationer: Hjerteforeningen, Gigtforeningen, Kræftens Bekæmpelse, Diabetesforeningen, Dansk Firmaidrætsforbund og Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger.
- Partnerskabsgruppen har taget initiativ til at sætte gang i fysisk aktivitet i otte udvalgte kommuner frem til 31. marts 2008.
- De otte udvalgte kommuner er: Odense, Holbæk, København, Sønderborg, Esbjerg, Ringkøbing-Skjern, Viborg og Frederikshavn.



Odenses borgmester Jan Boye bød velkommen til starten på Gang i Odense, hvor fem virksomheder tilbyder medarbejderne gratis motion frem til 31. marts.



Spillerne fra HH Rentals fejrer sejren, der betød kvalifikation til finalstævnet i Nørrebrohallen i København den 8. marts.

Tredje gang blev lykkens gang

Sydlandsk temperament i den afgørende kamp ved futsal stævnet i Vordingborg

Der stod meget på spil, så det var ikke kun selve spillet, men også temperamentet, der var sydlandsk, da "Bingo Boys" og HH Rentals mødtes i finalen ved futsal stævnet i Vordingborg.

HH Rentals kunne med en sejr sikre sig deltagelse i finalstævnet i Nørrebrohallen den 8. marts, men hvis de tabte, kunne de for tredje gang i træk vinke farvel til både finaleplads og 1. præmien, en gavecheck på 2.500 kr. til indkøb af nyt flot spilleudstyr fra stævnesponsoren Joma.

I finalen var der kun spillet få minutter, førend gemytterne kogte over på banen efter en lidt for hård tackling, men dommerne fik hurtigt situationen under kontrol, og fik sendt de to spillere til afkøling uden for banen i et par minutter.

Masser af kropskontakt

- Det bliver altid lidt hektisk i de afgørende kampe, fordi futsal er et hurtigt spil med masser af kropskontakt, siger anfører Casper Vestereeng fra HH Rentals.

- Vi har to gange fem spillere på et forholdsvis lille område, og i futsal er det tilladt med noget mere kropskontakt og tacklinger end i almindeligt indfodbold, så nogle gange løber temperamentet af med spillerne, fortæller de tre dommere ved stævnet, Lars Rasmussen, Arne Jacobsen og Torkild Jensen, der styrede begivenhederne på banen med sikker hånd. Der var kun nogle få spillere i løbet af hele stævnet, der måtte til afkøling i to minutter uden for banen.

Jævnbyrdig finalepulje

Resultaterne i finalepuljen, der ud

over HH Rentals og "Bingo Boys" også bestod af de lokale helte fra Vordingborg, Tømmer- og Malermesterne Hyldgaard samt endnu et københavner-hold "Smag og Behag", betød, at alt var åbent i den sidste kamp. Hvis "Bingo Boys" vandt den sidste kamp, ville de vinde stævnet, og så ville det lokale hold fra Tømmer- og Malermesterne Hyldgaard blive nr. to og kvalificere sig til finalstævnet, og HH Rentals ville for tredje gang blive sorteper.

Hvis HH Rental vandt kampen, ville de vinde stævnet og kvalificere sig til finalstævnet. Det blev et yderst jævnbyrdigt opgør, hvor det lykkedes for HH Rental at holde hovedet koldt og sikre sig en sejr på 2-1 efter de 15 minutter for fuldt knald.

Mikael Kent er DFIF's futsalmanager på Sjælland, og han sørger for at briefe spillere og dommere om de særlige regler i futsal.



- Vi ville kvalificere os i dag! Det var vigtigt for os, at vi stillede fuldt hold med fem udskiftningsspillere på bænken. Det blev afgørende i den sidste kamp, sagde Casper Vestereng, da han sammen med holdkammeraterne pustede ud efter sejr. Nu kunne holdet slappe af og spille uden nerver ved det næste stævne i København den 20. januar.

Futsalmanager i DFIF

Stævnet i Vordingborg blev overværet af DFIF's futsalmanager på Sjælland, Mikael Kent, der med et stort netværk blandt firmaklubberne i København har en stor del af æren for succesen med futsal på Sjælland og i København.

- Det er en spændende opgave, og jeg spiller jo også selv, fortæller Mikael Kent, der er dommeruddannet og har afviklet dommerkurser i futsal.

- Til futsal stævnerne er det min opgave at vejlede dommerne i hvilken linje der skal lægges. I futsal er det tilladt at have meget mere kropskontakt og at tackle mere i forhold til almindelig indendørs fodbold. Så der skal lægges en anden linje omkring frispark og de gule og røde kort.

De lokale arrangører fra Vordingborg Firma Sport glædede sig over at kunne samle 10 hold, hvoraf de fire var lokale firmahold.

- Det er anden gang, at vi er værter for et åbent stævne i futsal, og vi

er godt tilfredse med at kunne samle 10 hold, siger formanden for Vordingborg Firma Sport (VFS), Ingolf Pedersen, der havde sendt invitationer ud til alle foreninger på Sydsjælland.

- Futsal er en god fornyelse, og vi håber da at være med igen næste år. Vi synes, det er rigtig godt at have Mikael Kent med på sidelinjen, så han kan briefe spillere og dommerne inden stævnet starter. Det giver en roligere afvikling, lød det fra Ingolf Pedersen, der passede dommerbordet sammen med formanden for fodboldudvalget i VFS, Kim Nielsen.

Østjyderne sejrede i Stoholm

Det blev det århusianske hold fra VRI der trak sig sejrrigt ud af Futsal stævnet i Stoholm. De blev dog presset godt af PJ Byg, men var knusende effektive da det gjaldt, for i den afgørende kamp blev det hele 5-0, uden at der var så stor spillemæssig fordel.

- Det var fint at de gik op og pressede os og havde bolden meget, så kunne vi slå lidt kontra, konstaterede styrmand Bjarne Petersen fra VRI. Han glædede sig såvel over, at det var holdets anden turneringssejr, og så glædede han sig til det kommende stævne i Århus, der blandt andet har internationalt tilsnit, idet et hollandsk futsal hold har meldt sin ankomst – og i øvrigt er i pulje med VRI.

Stævnet i Stoholm forløb fremragende, stor tilfredshed hos hold-

dene, en god stemning, fine spurtpræmier undervejs – kun en lille irritation hos arrangør Claus Højgaard over et afbud i sidste øjeblik – men holdene var trods alt

godt tilfredse. Og glæden over det nye spil er stor overalt. Ingen er i tvivl om at futsal er kommet for at blive.

- Carsten Hansen

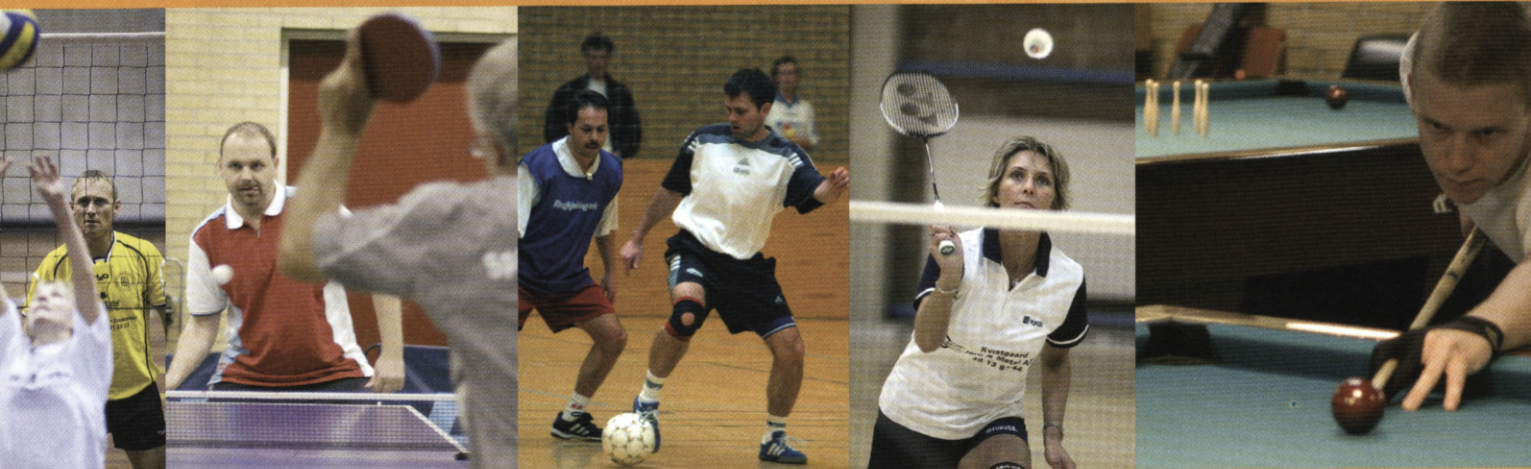
20 hold er finaleklar

Der er nu 20 hold klar til finalestævnet i Nørrebrohallen den 8. marts. Indtil videre har flg. hold kvalificeret sig:

- Avedøre IF
- Billigsport24.dk
- Bingo Boys
- Bingo Girls
- FC Eltel
- Fionias Engle
- Frederikssund United
- HH Rental
- Kelly's Helte
- PJ Byg Skive
- Raklev GI
- Robin Wood
- Spar Nordbank Randers
- Sport Direct
- Stoholm
- Team Mix
- Team Sportingbet
- Tømmer & Malermestrene Hyldgaard
- VRI
- Universal Transport

Deltag i DM i firmaidræt

- det er nu, du skal tilmelde dig stævnerne i foråret 2008!



DM-stævner forår 2008

Badminton-stævne

Ringkøbing 15.-16. marts

Billard-stævne, hold

Odense 15.-16. marts

Dart-stævne, individuel

Herning 15.-16. marts

Fodbold-stævne, inde

Morsø 15.-16. marts

Håndbold-stævne, inde

Hillerød 15.-16. marts

Pistol-stævne, 15m

Herning 14.-16. marts

Riffel-stævne, 15m

Herning 14.-16. marts

Volleyball-stævne

Aalborg 15.-16. marts

Bordtennis-stævne

Odense 19.-20. april

Tilmelding senest den 9. marts

Bowling-stævne

Vordingborg 28.-29.-30. marts

Tilmelding senest den 16. februar

Golf-stævne, Stableford

Faaborg 17.-18. maj

Tilmelding senest den 5. april

Kegle-stævne

Middelfart 4.-5.-6. april

Tilmelding senest den 23. februar

**Tilmelding
senest den
2. februar 2008**

Info og tilmelding på www.dfif.dk

Som noget nyt kan du vælge mellem to forskellige betalingsformer
- enten med betalingskort eller ved at få tilsendt en faktura.



Dansk
Firmaidrætsforbund

DFIF

Storebæltsvej 11 · 5800 Nyborg
Telefon 65 31 65 60 · Fax 65 30 14 26
www.dfif.dk · dfif@dfif.dk



Danmarks første motionsløb på en motorsportsbane bliver skudt i gang den 12. april 2008.

Løberne indtager asfalten

Kom og vær med når startskuddet lyder til årets mest spændende nyskabelse på den danske løbescene: Ringløbet-Silkeborg 2008

Lørdag den 12. april lyder startskuddet til en nyskabelse på den danske løbescene: Det første danske motionsløb der bliver afviklet på en motorsportsbane. Det er FDM Jyllandsringen i Resenbro ved Silkeborg, der lægger 2,5 km asfalt og omgivelser til løbet, der byder deltagerne på både stafetløb, 5 km-løb og halv-maraton.

Løbet arrangeres i et samarbejde mellem Running Denmark og FDM, FDM Jyllandsringen, atletikklubben SAK 77 og DFIF Kreds Østjylland. FDM stiller banen til rådighed for løbet, og SAK 77 og Silkeborg Firma-Sport stiller arbejdskraft og officials til rådighed for løbet.

Nye medlemmer til firmaidrætten

Arrangørernes forventninger til Ringløbet-Silkeborg 2008 er store, og foreningskonsulent Lise Vestergaard fra DFIF Kreds Østjylland lægger ikke skjul på, at et af målene er synlighed og nye medlemmer til firmaidrætten.

- Vi vil gerne tiltrække nye mål-

grupper hos virksomhederne i Østjylland, og en event som Ringløbet-Silkeborg er en unik chance for firmaidrætten til at vise flaget over for virksomhederne i området. Vi vil gerne sende et signal om, at firmaidrætten også har fokus på motionsdelen og ikke kun på de traditionelle aktiviteter.

Idéen født i Frankrig

Idemand og initiativtager til Ringløbet-Silkeborg er den kendte løbsarrangør og journalist Henrik Lund Jensen fra Running Denmark. Han afslører, at idéen til at lave et motionsløb på en motorsportsbane blev udklækket i Frankrig med inspiration fra det verdenskendte 24-timers motorløb i Le Mans.

- Den første plan var at lave et 24-timers løb. Derefter kortede vi det ned til et 6 times stafetløb, og så endte vi på et koncept med et halvmaratonløb, et 5 km og et 5 x 2,5 km samt et 5 x 5 km stafetløb, der alle afvikles på selve FDM Jyllandsringen, siger Henrik Lund Jensen.

- I halvmaratonløbet bliver deltagerne dog sendt ud på en rute på ca. 14 km på nærliggende stier og veje, hvor start og mål området skal rundes to gange undervejs.

Der lægges op til et spændende og professionelt arrangement med chiptidtagning, placerings- og lodtrækningspræmier på startnumrene, tip top service før, under og efter løbet, og professionel speak med en af landets allerbedste speakere, Torben Joensen fra Esbjerg.

Et anderledes motionsløb

Henrik Lund Jensen understreger, at Ringløbet-Silkeborg er for alle kategorier af løbere, der har lyst til at prøve et nyt og anderledes løb i fascinerende omgivelser. Løbet henvender sig både til almindelige motionister, skole- og firmahold og elite- og konkurrenceløbere.

Læs mere om Ringløbet-Silkeborg på løbets hjemmeside www.ringloebet-silkeborg.dk - hvor du også kan tilmelde dig online via www.ultimate.dk - Sidste frist for tilmelding er den 4. april.



I 2008 skal arbejdet med ligestilling i DFIF bl.a. handle om at synliggøre kvindelige rollemodeller, om opbygning af en landsdækkende mentorordning, om uddannelse og om at skabe netværk for firmaidrættens frivillige.

Nye tiltag skal få flere kvinder til tops

Arbejdet med ligestilling i DFIF fortsætter i 2008, hvor seks nye tiltag skal bane vej for flere kvinder i det frivillige ledelsesarbejde

En kvindelig næstformand for første gang i forbundets historie og to nyvalgte kvinder til poster i hhv. Styrelsen og som styrelses-suppleant. Det er nogle af de konkrete resultater af den ligestillingsindsats, der har foregået i DFIF siden år 2006, og som manifesterede sig ved repræsentantskabsmødets valg i november 2007. Forbundets arbejde med ligestilling fortsætter i år 2008, hvor seks nye tiltag skal bane vejen for, at flere kvinder involverer sig i firmaidrættens ledelsesarbej-

de. Tiltagene handler bl.a. om at synliggøre kvindelige rollemodeller, om opbygning af en landsdækkende mentorordning, om uddannelse og om at skabe netværk for firmaidrættens frivillige.

Rollemodeller skal inspirere

Firmaidrættens nuværende kvindelige ledere spiller en afgørende rolle, når det handler om at inspirere og motivere endnu flere kvinder til at gå ind i organisationens frivillige ledelsesarbejde. Derfor fokuserer et af tiltagene i 2008 også på at syn-

liggøre disse kvinder som rollemodeller og bringe dem aktivt i spil. Rollemodellerne skal ud i landet ved f.eks. kredsmøder, så de kan videregive deres inspiration, viden og erfaringer – og opbakning – til andre potentielle kvindelige firmaidrætsledere. På den måde formidler rollemodellerne "den gode historie", sådan som det også skete på DFIF's formandsmøde i november 2006, hvor fire kvinder gik på talerstolen og fortalte om hver deres vej til at løse ledelsesopgaver inden for firmaidrætten.

Netværk bygger videre på Stortræf

Flere af de seks nye tiltag sigter bredt mod alle frivillige i DFIF, hvor målgruppen tæller såvel mændene som kvinderne. Det gælder f.eks. ideen om at etablere interessebase-rede netværk – i forlængelse af Stortræffet hvert andet år – og planen om at opbygge et landsdækkende mentorkorps i DFIF. Målet med disse to tiltag er at styrke organisationen og det demokratiske grundlag.

Netværk er et af tidens helt store "buzzwords", og betydningen af at kunne "netwerke" og have netværk at trække på i forskellige sammenhænge bliver stadig større, at dømme efter den opmærksomhed emnet tiltrækker sig i dag. Og ikke uden grund, for brugen af netværk giver en oplagt mulighed for at udvikle sig og lære nyt, ligesom netværk skaber et forum for vidensdeling, dialog og sparring mellem mennesker. Netværkstiltaget i DFIF er samtidig et forsøg på at bygge videre på forbundets Stortræf, hvor frivillige med sammenfaldende interesser kan forsætte dialogen i et interessebaseret netværk og udveksle erfaring og viden på kryds og tværs af køn, foreninger og geografiske grænser.

I lære som leder

Potentielle ledere i DFIF bør have mulighed for at kunne kontakte en kvalificeret person inden for organisationen, der kan give gode råd og sparring omkring dét at udvikle sig til firmaidrætsleder. I 2008 vil der derfor som et af de nye tiltag blive arbejdet på at oprette et landsdækkende mentorkorps af per-

soner i DFIF, der har lyst til at give viden fra sig til dem, der ønsker at erhverve sig lederkompetencer. Den frivillige skal så at sige kunne "komme i lære" som leder hos én, der allerede er det.

Uddannelse en forudsætning

Lederevner og kvalifikationer kommer ikke bare af sig selv. De skal tilegnes. Vejen til at få flere kvinder i firmaidrættens top går derfor også gennem et tiltag, der fokuserer på uddannelse – som en væsentlig forudsætning for at kunne bestride en lederpost. DFIF har et bredt udbud af kurser, der er med til at klæde frivillige på til opgaven og rollen som foreningsleder. Firmaidrættens kvinder – samt mænd – vil blive opfordret til at dygtiggøre sig gennem nogle af disse kurser, f.eks. kurset "Bliv en bedre foreningsleder", som blev gennemført i 2007 med alle pladser besat, og som bliver udbudt igen i 2009.

Bevidst rekrutteringspolitik

DFIF ønsker at afspejle det omgivende samfund. Organisationens skal derfor også ledelsesmæssigt være repræsenteret af begge køn, og med fordelingen i Styrelsen på 40 % kvinder og 60 % mænd efter det seneste repræsentantskabsmøde er firmaidrættens rigtig flot på vej. For at understøtte den positive udvikling i DFIF handler et andet af tiltagene om at få udarbejdet en rekrutteringspolitik, der forholder sig til få flere kvinder ind i ledelsesarbejdet i de kommende år.

Fra udøver til leder

At få flere kvinder til at involvere sig i firmaidrættens ledelsesarbejde

handler også om at få flere kvinder med i firmaidrættens i det hele taget. Det betyder, at der i 2008 vil blive arbejdet med at udvikle og udbyde endnu flere idrætsaktiviteter, der appellerer til kvinder – samtidig med at de også er attraktive for mænd. Tiltaget skal fokusere på de aktivitetsbehov, som både arbejdspladser og foreninger har, ligesom det skal tage højde for udøvernes forskellige alder, uddannelse, motionsvaner og forventninger. Med flere kvindelige firmaidrætsudøvere vil der med tiden blive et bredere grundlag at rekruttere fra, når ledige lederposter i DFIF skal besættes.

Kvinder på Toppen i DFIF: seks nye tiltag i 2008

- Den gode historie – en turné rundt i DFIFs landsdele med kvindelige rollemodeller
- Oprettelsen af et landsdækkende mentorkorps i DFIF
- Etablering af interessenspecifikke netværk for de frivillige i DFIF
- Udarbejdelse af politik om rekruttering af kvinder i DFIF
- Fokus på uddannelse og kurser
- Tilbud om idrætsaktiviteter, der tiltrækker kvinder

De seks nye tiltag under Kvinder på Toppen i DFIF er udviklet på baggrund af et seminar i september 2006, hvor godt 30 firmaidrætskvinder deltog. Materialer og info om Kvinder på Toppen i DFIF kan ses på ForeningsNet under menu-punktet "foreningsudvikling".

Åbne aktiviteter i firmaidrætten 2008

Startskuddet for de Åbne aktiviteter i DFIF 2008 har lydt og onlinetilmeldingen for foreningerne er åben



Ivan Bjærge fra DFIF overrækker diplom og hæder som Årets Motionsby til Aja Andersen fra Næstved Firma Sport.

Så er der for alvor taget fat i det nye år, og forberedelserne til det kommende års Åbne aktiviteter er forhåbentligt godt i gang allerede ude rundt omkring. Der vil blive udsendt en foreningsservice til alle foreninger om, hvordan kontaktpersonerne i de forskellige Åbne aktiviteter tilmelder sig.

Kåring af foreninger

2007 var præget af stor aktivitet både hvad angår Panter Dagen, Danmark-Stafetten, LøbeTouren og Tour de Pedal. I motionscykelkampagnen blev det Nakskov Firma & Familie Sport, der overhalede Grindsted Familie og Firma Idræt i et tæt opgør om at blive Årets Cykelby 2007. Nakskov fik 5.620 cyklister i sadlen, og Grindsted fulgte lige efter på andenpladsen med 5.391 cyklister.

Hos løberne blev det atter en

gang Motionsklubben Amager fra Københavns Firma Sport, der løb med titlen som Årets Løbeby. De friske løbere fra Motionsklubben Amager løb ikke færre end 3.351 løbeture og havde 2.056 stavgængere ude at gå på stier og veje i 2007.

Næstved blev Årets Motionsby

For et par år siden valgte gruppen bag DFIF's Åbne aktiviteter at hædre den forening, som iværksatte og gennemførte minimum tre af de Åbne aktiviteter med titlen som Årets Motionsby. Blandt kriterierne er, at der skal være minimum 100 deltagere i hver aktivitet, der skal være en væsentlig fremgang inden for de afviklede aktiviteter og at foreningen er nytænkende og udviklende omkring de Åbne aktiviteter.

Årets Motionsby 2007 blev Næstved Firma Sport, der deltog i Danmark-Stafetten, LøbeTouren (stavgang) og motionscykelkampagnen Tour de Pedal.

Ved overrækkelsen af hæderen den 9. december 2007 fremhævede Ivan Bjærge fra DFIF bl.a., at Næstved Firma Sport i høj grad havde udvist nytænkning og udvikling, og at foreningen er med hvor tingene sker.

Aja Andersen fra Næstved Firma Sport er ikke bange for at spå, at Næstved igen i 2008 bliver den største løbsby i Danmark-Stafetten.

- Når Danmark-Stafetten løber af stablen den 8. juni 2008, er det 25. gang, Næstved sætter rekord ved at være den største løbsby - altså den by med de flest tilmeldte hold. Vores stavgængere har i den forløbne sommer deltaget i LøbeTouren med 1.386 ture på tilsammen 7.539 km - og det er uden brug af præstationsfremmende midler. For cyklisterne er det blevet til mere end 100 ture, oplyser den aktive leder fra Næstved Firma Sport, Aja Andersen.

Nyt navn og nyt design

De fire Åbne aktiviteter, Tour de Pedal, Danmark-Stafetten, LøbeTouren og Panter Dagen har i 2008-udgaven fået et nyt og mere tidssvarende design, der er mere i pagt med DFIF's overordnede designlinje.

LøbeTouren har skiftet navn til Motionstouren, idet det er mere dækkende i forhold til at aktiviteten både dækker gang, rulleskøjting og løb.

Fremover skal man tilmelde for-
eningen og bestille varer i DFIF's
nye elektroniske system. Nærmere
information sendes ud i forenings-
service sammen med indbydelsen.

Ny MotionsManager for Panter Dagen

DFIF's MotionsManager Louise Peder-
sen har fået nyt arbejde og er ikke
længere MotionsManager på Panter
Dagen, men vi søger efter en ny, som
kan løfte det arbejde, der ligger i at
udbrede Panterdagen i DFIF.

Hvis du er interesseret i et job
som MotionManager, er du velkom-
men til at henvende dig til Ann
Baunbæk Hansen eller Kirsten Mik-
kelsen i Idræts- & Motionsafdelin-
gen på forbundskontoret i Nyborg.

**Motions
touren**

LøbeTouren hedder nu Motionstouren
og har fået nyt logo.

**Danmarks
stafetten**

Stafetmotionsløbet Danmark-Stafetten
har fået nyt logo.

**Tour
de pedal**


Motionscykelkampagnen Tour de Pedal
har fået nyt logo.

**Panterdagen**
- en motionsdag for aktive seniorer

Senioraktivitetsdagen Panter Dagen
har fået nyt logo.

Ringløbet-Silkeborg

Nyt – spændende – anderledes


Ringløbet
Silkeborg



**Lørdag den 12. april 2008
på Jyllandsringen**

5 x 2,5 km stafet
5 x 5 km stafet
½ maraton
5 km

www.ringloebet-silkeborg.dk

**new balance**

F D M

DIXIT[®]
GRAFISK

**SAK7**

 **Kreds
Østjylland
DFIF**

Running Denmark

KURSUSTILBUD FRA DFIF

► AEROBIC-INSTRUKTØR- UDDANNELSE

Nu også hold i København.

Til dig, der ønsker en toptunet og seriøs aerobic-instruktøruddannelse. Uddannelsen er bygget op omkring kursus 1, 2, 3 & 4, som forløber over ca. 1 år (i alt 80 timer) med diplom efter bestået eksamen.

En uddannelse, hvor du blandt mange spændende emner guides igennem f.eks.:

- Den korrekte opbygning af en aerobic/step-time
- Musikforståelse og brug af musikken
- Undervisningsteknik
- Koreografi
- Masterclass
- Kost & ernæring
- Instruktørens rolle m.m.

Instruktører: Sebastian Rasmussen, Britta Haagen Jensen m.fl.

Dato

Aerobic 1 den 25. - 27. april 2008

Aerobic 2 den 5. - 7. september 2008

Aerobic 3 den 7. - 9. november 2008

Aerobic 4 den 23. - 25. januar 2009

Sted: Ballerup

Tilmeldingsfrist: Senest den 25. marts 2008

► SPINNING-INSTRUKTØR- UDDANNELSE

I samarbejde med SpinUs og Bobby Croshaw udvikler Dansk Firmaidrætsforbund uddannelse inden for indoor biking/spinning.

Uddannelsen giver kursisterne den rette viden og fundament til at fungere som spinning-instruktør i en forening/motionscenter. Kurset henvender sig til alle, der har lyst til at tage

en spinning-instruktøruddannelse, og som har deltaget i flere spinningtimer.

Uddannelsen forløber over to weekender med afsluttende praktisk og teoretisk eksamen. Begge prøver skal bestås for at modtage et certificeret bevis.

Instruktører: Bobby Croshaw m.fl.

Dato: Den 23. - 24. februar 2008 + 8. - 9. marts 2008

Sted: Randers

Tilmeldingsfrist : Senest den 6. februar 2008

► LINEDANCE – KURSUS I DANSETEKNIK, MUSIK OG KOREOGRAFIFOR- STÅELSE

Et kursus til dig, der er let øvet og opefter i linedance. Undervisningen tager udgangspunkt i fem danse (cirka), som du kan i forvejen. Dansene sendes til dig inden kurset.

På kurset arbejdes der med musikforståelse, opbygning af musik, tags/restarts/ABC-dele og danseteknik samt udførelse af trin til forskellige musikstile.

Kurset går over to enkeltdage. Ved samlet tilmelding til begge kurser opnår du samlet rabat kr. 100,-.

Instruktører: Niels B. Poulsen

Dato: Den 13. april 2008

Dato: Den 8. juni 2008

Sted: Nyborg

Tilmeldingsfrist: Senest den 10. marts 2008

Læs mere om kurserne og tilmeld dig på www.dfif.dk
Yderligere oplysninger, kontakt Helle Nielsen på tlf. 65 31 65 60.



Masser af sport, motion og samvær når Roskilde Firma- og Familieidræt i samarbejde med Landsdel Øst inviterer dig og dine kolleger til "SMS-træf 2008".

Sport, Motion og Samvær i Roskilde

Firmaidrætten i Roskilde og Landsdel Øst inviterer til en weekend med masser af sport, motion og samvær for dig og dine kolleger

Sport, Motion og Samvær er de tre omdrejningspunkter for "SMS-træf 2008" som afholdes i Roskilde i weekenden den 31. maj og 1. juni. Ideen med træffet er på én gang, at fremme samarbejdet på tværs af foreninger og kredse på Sjælland, og at afprøve en ny måde at afvikle og fremme DFIFs aktiviteter på.

Træffet afholdes i et samarbejde mellem Roskilde Familie og Firmaidræt (RFI) og de fem kredse i landsdel Øst. Arrangementet vil som udgangspunkt være åbent hvilket betyder, at alle vil kunne tilmelde sig og deltage.

Sport- og motionsaktiviteter

Der vil på "SMS-træf 2008" blive udbudt en række forskellige aktiviteter inden for sport, motion og samvær. På sportsdelen vil der blive afholdt stævne inden for 7-mands fodbold, petanque (hold), tennis, bowling (hold), Qianball, gokart og beachvolley.

Af motionsaktiviteter vil der blive udbudt spinning (hold maraton),

linedance og stavgang. I skrivende stund arbejdes der på at få en afdeling af Danmark-Stafetten til Roskilde i forbindelse med træffet. Der vil weekenden over desuden blive afholdt en række workshops med bl.a. linedance og Qianball.

Aftenhygge og stand-up

Samværet vil i høj grad være koncentreret om aftenhyggen hvor deltagere udover spisning vil blive underholdt af stand up komikeren Jacob Tingleff. Der vil desuden blive trukket lod om en lang række præmier, bl.a. billetter til Langelandsfestivalen, og musikken bliver leveret af Twiggis Disco World.

Bag "SMS-træf 2008" står en styregruppe med Claus Schou fra RFI, Birthe Jørgensen fra Hillerød Firmasport, John Jensen fra Vordingborg Firma Idræt og Peder Trolle fra DFIF. Styregruppen arbejder tæt sammen med en lang række foreninger på Sjælland.

- Uden opbakning fra foreningerne og kredsene ville det ikke være

muligt, at afvikle SMS træffet, siger Claus Schou, der glæder sig over den store opbakning som "SMS-træf 2008" har fået fra foreningerne i Landsdel Øst.

- Foreningerne har været meget villige til at påtage sig ansvaret for afviklingen af de enkelte aktiviteter. Senest på Landsdel Øst mødet viste der sig stor interesse fra alle for at hjælpe med at afviklingen.

Vil du vide mere?

Indbydelserne til "SMS-træf 2008" er i skrivende stund på vej ud til foreninger og kredse. Du kan læse mere om træffet på www.sms08.dk, hvor kan finde priser, tilmelding og beskrivelse af de enkelte aktiviteter. Tilmeldingsfristen er den 1. april og alle vest for Storebælt, der har lyst til at deltage er meget velkomne.

På gensyn i Roskilde den 31. maj 2008!

Tilmelding og yderligere information på www.sms08.dk

ÅBNE STÆVNER I DFIF 2008

IDRÆTSGREN DATO FORENING KONTAKTPERSON TELEFON SIDSTE TILMELD. E.MAIL/HJEMMESIDE



BOWLING

Knæk et æg 30/3-08 Svendborg SFS' kontor 6222 5809 10/3-08 p.e.p.s.i@pedersen.mail.dk



KEGLER

Keglestævne 9-10/2-08 Haderslev Ib Christiansen 3011 7901 ibchristiansen@webspeed.dk
Keglestævne 16-17/2-08 Sønderborg Ingerlise Dahl 7445 8707 ingerlise.dahl@gmail.com
Keglestævne 1-2/3-08 Bov Uwe Jessen 7467 0557 bylod@vup.cybercity.dk



MOTIONSØB, GANG, CYKELLØB M.M.

Kyndelmissevand.	3/2-08	Wabblersne	Fl. Rasmussen	6267 1525	
Vintertur, Assens	3/2-08	Hadsund	Rita Holt	9857 1946	
Hvidbjergvandring	9/2-08	Fredericia	Harry H. Nielsen	7594 3249	harryh.agat2@privat.tele.dk
Vintermarch, Ødis	10/2-08	Kongeåen	Niels Peter Nissen	7558 2467	
Vintertur, Silkeborg	10/2-08	Silkeborg	Carsten Pedersen	5057 1869	www.fodslaw-silkeborg.dk
Rungsted Vandring	17/2-08	CityTourMot.	Orm Hansen	4586 4248	
Rønbjerg Vandring	17/2-08	Skive	Leif Tatt	9754 2473	
31. Herregårdstur	24/2-08	Midtfyn	Knud Erik Hansen	6598 1136	www.fodslawmidtfyn.dk
Vintertur, Grindsted	1/3-08	Jydepotterne	Lars W. Hagen	6110 6766	www.jydepotterne.dk
Jubilæumsvandring	2/3-08	Sønderborg	Bent Holm	7444 2758	
Vintertur, Tornby	2/3-08	Hirtshals	Per Jensen	9894 9460	www.fodslawhirtshals.dk
Dueholm Vandring	8/3-08	Morsø	Povl Li Nielsen	9772 0563	www.morsfodslaw.dk
34. Hertugmarch	9/3-08	Als	Bjarne Heesch	7445 9374	bjh@danfoss.com
Mett Kølvrå Vandr.	9/3-08	Karup	Jan V. Gravesen	9756 4042	www.karup-fodslaw.dk
Hillerød-Vandring	15/3-08	Gribskoven	Jørgen Pedersen	4826 1796	henrik.pedersen@t-systems.dk
Havhestvandring	15-16/3-08	Fynboerne	Carl Emil Henriksen	6614 7923	emil-pia@galnet.dk
Aftenvandring	19/3-08	Bjerringbro	Knud Riisgaard	8668 2147	
Aftenvandring	20/3-08	Horsens	Carsten Andersen	2022 7946	fodslawhorsens@ofir.dk
Gudenåmarch	20/3-08	Bjerringbro	Knud Riisgaard	8668 2147	
Langfredagstur	21/3-08	Skanderborg	Kirsten Larsen	8692 1438	chrl@post.tele.dk
Purhøjvandring	21/3-08	Horsens	Carsten Andersen	2022 7946	fodslawhorsens@ofir.dk
Forårsmarch	22/3-08	Skanderborg	Kirsten Larsen	8692 1438	chrl@post.tele.dk
Aftentur	22/3-08	Viborg	Ketty Nielsen	8662 3189	k-nielsen@post.tele.dk
27. Int. Påskemarch	22/3-08	Ravsted	Gregers Knudsen	7464 7420	ibibsen@mail.dk
Aftentur Sønderborg	23/3-08	Sønderborg	Bent Holm	7444 2758	
Påsketur	23/3-08	Grænseegnen	Arthur Beuschau	7467 8582	www.gransemarchen.dk
Påskevandring	23/3-08	Viborg	Ketty Nielsen	8662 3189	k-nielsen@post.tele.dk
Påsketur, Kompedal	23-24/3-08	Kjellerup	Niels Peter Nielsen	8662 7588	www.fodslawkjellerup.dk
Påskevandring	24/3-08	Køge	Lykke Gundesen	5663 3709	www.fodslaw-koegedk
Påskemarch	24/3-08	Sønderborg	Bent Holm	7444 2758	
Påskeløbet	24/3-08	Fredericia	Ib Østergaard	4019 5876	jirdata@post5.tele.dk
Hjarbækfjord Rundt	29/3-08	Viborg	Ketty Nielsen	8662 3189	k-nielsen@post.tele.dk
Hjemmeværns-march	30/3-08	Middelfart	Lars Uhre Knudsen	2269 0936	lars.knudsen@os.dk



SKYDNING

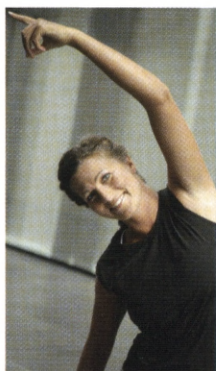
Riffel og pistol 9-10/2-08 Haderslev Kjeld Østergaard 7452 7765 kjeld-marcussen@privat.dk
Åbent stævne 23-24/2-08 Herning Bent Kiilerich 2945 2781 10/2-08 riffel@herning-firmaidraet.dk

Få din forenings Åbne stævne eller arrangement med på DFIF's aktivitetskalender.
Send en e-mail til Firmaidræts redaktion, mail pia@dfif.dk med oplysninger om tidspunkt,
sidste frist for tilmelding, arrangerende forening samt tlf. eller e-mail for kontaktperson.

SUNDHED OG MOTION PÅ JOBBET

Arbejdspladsen som træningscenter

Hvorfor ikke bruge din arbejdsplads som træningscenter? Sådan lyder opfordringen fra fysioterapeut Lotte Paarup, der på Danmarks Radio's hjemmeside www.dr.dk/motion giver gode råd om træning og motion på jobbet.



Hvorfor ikke bruge din arbejdsplads som træningscenter? Fysioterapeut Lotte Paarup viser på www.dr.dk/motion hvordan du kan lave øvelser på jobbet.

På sitet viser Lotte Paarup en række øvelser, hvor du kan styrke og træne din krop, så du får mere energi og større fysisk overskud til både jobbet og hverdagen. Via en række små videoklip giver Lotte Paarup anvisninger på øvelser, der kan bruges på fabrikken, på kontoret, på værkstedet, i institutionen, i butikken og på udendørsjobbet. Og du kan sagtens benytte alle øvelserne, også selvom du måske ikke lige står i butik eller sidder på kontor. Se mere på www.dr.dk/Motion

Vores kondi er blevet dårligere

Det moderne menneskes kondition er blevet dårligere. I KRAM-undersøgelsen* viste konditionstest, at 35 % af de deltagende mænd og 43 % af de deltagende kvinder havde et lavt kondital, altså dårlig kondition. God kondition er vigtig, da personer med dårlig kondi har en markant forøget risiko for sygelighed og død.

Værst ser det ud for kvinder i alderen 65 år og derover samt for mænd i alderen 18-24 år. Blandt dem har halvdelen et lavt kondital. Blandt mænd i alderen 18 - 24 år, som deltog i KRAM-undersøgelsen, havde 48 % et lavt kondital (i gns. et kondital på 45). Blandt kvinder over 65 år havde 54 % et lavt kondital (i gns. et kondital på 31). Flere kvinder end mænd har et lavt kondital, men der er store kønsforskelle i de enkelte aldersgrupper.

Tidligere undersøgelser peger på, at konditallet for de 40-50-årige er faldet med omkring 20 % i løbet af de sidste tyve år, hvilket indikerer, at der er et stigende antal danskere, som ikke er tilstrækkeligt aktive, og som er overvægtige. I dag vurderes det, at 30-40 % af danske mænd og kvinder i 40-50-års alderen har så lavt kondital, at de har en markant forøget risiko for sygelighed og død.

* KRAM-undersøgelsen er en af de hidtil største samlede undersøgelser af danskernes sundhed. Undersøgelsen kaldes KRAM, fordi den handler om Kost, Rygning, Alkohol og Motion. Undersøgelsen gennemføres i 13 af landets kommuner og består af en spørgeskemaundersøgelse, en helbredsundersøgelse ved KRAM-bussen og lokale sundhedsfremme- og forebyggelsesaktiviteter. Tallene i artiklen bygger på foreløbige data fra 3 KRAM-kommuner.

Se mere på www.si-folkesundhed.dk

Uddannelse som sundhedsambassadør

Flere end to ud af tre virksomheder i Danmark har tilbud eller ordninger, der har til formål at forbedre sundheden på jobbet. Særligt kost- og motionsordninger har vundet indpas på virksomhederne, og fra

2003 til 2005 er andelen af virksomheder med kost- og sundhedsordninger steget fra 37 til 52 %.

Sundhed på arbejdspladsen er kommet for at blive, og derfor er det vigtigt at der sidder kompetente medarbejdere på arbejdspladsen, der kan kvalificere arbejdspladsernes sundhedsarbejde i praksis. DFIF tilbyder nu en uddannelse som sundhedsambassadør, der kan udvikle og kvalificere medarbejderes kompetencer i forhold til at varetage denne opgave.

Under hele uddannelsen arbejdes der mod, at deltagerne efter kurset sætter aktiviteter i gang på deres egen arbejdsplads. Uddannelsen veksler mellem teoretiske oplæg med diskussioner og praktiske øvelser. Medarbejderne rustes bl.a. til at varetage sundhedsfremmende opgaver i dagligdagen samt motivere og støtte kolleger, der ønsker en sundere livsstil.

Målgruppen for uddannelsen er medarbejdere fra alle typer arbejdspladser og organisationsniveauer med interesse for sundhedsfremme på arbejdspladsen. Uddannelsen koster 2.000,- kr. og prisen inkluderer forplejning og uddannelsesmateriale. Der kan også arrangeres interne kurser på den enkelte arbejdsplads. Læs mere på www.dfif.dk/mpa



DFIF har udviklet en ny uddannelse som sundhedsambassadør på arbejdspladsen. Foto. Mette Johnsen.



Tænk sundhed
ind i jobbet!

- ✓ Sunde medarbejdere
- ✓ Sund virksomhed
- ✓ Sund økonomi



Dansk
Firmaidrætsforbund

DFIF

Storebæltsvej 11 · 5800 Nyborg
Telefon 65 31 65 60 · Fax 65 30 14 26
www.dfif.dk/mpa · mpa@dfif.dk

LANDET RUNDT

STRUER. Firmaidrætten køber fagforeningshuset

Struer Firmaidræt har købt fagforeningens 3F's hus i Bredgade og indretter det som motionscenter. Struer Firmaidræt startede Struer Fitness ved bowlingcentret i 2004, og da var målet 500 medlemmer. Efter tre år er antallet af medlemmer oppe på godt 1100 medlemmer, og lokalerne er nu for små. Med den nye bygning fordobler Struer Firmaidræt den plads, de har haft i lokalerne ved bowlingcentret. To store mødelokaler bagerst i bygningen bliver indrettet til spinning og aerobic, og omklædning og bad kommer til at foregå i kælderens. Alt i alt bliver det en større ombygning til cirka 1,5 mio. kroner. Prisen for selve bygningen er 3,4 mio. kroner.

- Vi får en mere central placering i byen og langt bedre forhold, og med den stadig stigende interesse for folkesundhed og motion er jeg sikker på, at det bliver en god investering, siger Flemming Odde.

HILLERØD. Foreningsbladet lagt i graven

Bladdøden hænger blandt DFIF's foreninger. Hillerød Firmsports medlemsblad har nu meldt sig i rækken af foreningsblade, der har givet op over for de stigende portotakster fra Post Danmark. Ifølge den allersidste leder fra formand Peder Bisgaards hånd, er tiden løbet fra bladet, der nåede at udkomme 188 gange siden 1985. Portoen er steget, og samtidig er det svært at skaffe stof og ledige hænder, der kan og vil levere de nyeste resultater og informationer fra de mange sportsgrene. Fremover udkommer informationerne fra Hillerød Firma-

sport som et husstandsomdelt tillæg til Hillerødposten.

Også i Kolding Firma Sport har man måtte lægge foreningsbladet i graven, og det samme er sket i Horsens Firma Idræt, hvor redaktør Lene Astrup efter 10 år i redaktørstolen har sagt stop. Begge foreninger vil fremover satse på at formidle nyheder og information til klubberne i elektronisk form via nyhedsbreve og hjemmesiden.

KALUNDBORG. Stilleaften i svømmehallen

Kalundborg Firma Sport (KFS) følger op på sidste års kanonsucces med en "Stilleaften" i Kalundborg Hallernes Svømmehal. Der er lagt op til både en kulinarisk og eksotisk oplevelse, lover formanden for svømmeudvalget, Jan Sonne. Der bliver servering af en lækker buffet og en svømmehal, der er pyntet op til lejligheden, underholdning af Michael Hjort, og der kan købes massage og besøges saunaer med eksotiske dufte. Tilbuddet gælder alle medlemmer i KFS, og "Stilleaftenen" finder sted den 15. februar fra kl. 19.30 til 22.40, og man kan tilmelde sig til Jan Sonne.

VIBORG. MpA sætter fokus på Viborg i starten af 2008

I de første måneder af 2008 går Motion på Arbejdspladsen (MpA) på charmeoffensiv i Viborg. Det sker med bl.a. annoncer i det lokale Viborg Stifts Folkeblad og breve til større virksomheder i området, hvor MpA opfordrer til at sætte fokus på sundheden på arbejdspladsen. Den 4. februar kan borgerne desuden komme gratis på Sundhedscafé i Mathias Marked, hvor der er mulighed for at få målt blodtryk, fedtprocent



DFIF sætter fokus på sundhed på arbejdspladsen i Viborg i de første måneder af 2008, bl.a. med gratis sundhedsstjke. Arkivfoto. DFIF.

og kondital m.v. Indsatsen i Viborg falder samtidigt med, at projektet Gang i Viborg, som Viborg Firmaidræt deltager i, løber af stablen.

RINGSTED. Slut med støtte til idrætsanlæg

Kultur- og Fritidsudvalget i Ringsted Kommune har på et møde kort før jul besluttet at opsig kontrakten med Ringsted Firma Sport (RFS) omkring brugen af idrætsanlægget og klubhuset i Benløse. Firmafodbolden i RFS har i en årrække kørt på et meget lavt blus, og formanden for RFS, Per Bülow medgiver, at aktivitetsniveauet på anlægget har været lavt. Der er en gruppe spejdere og en agility klub der bruger det grønne anlæg, og klubhuset har været brugt til mødeaktivitet og linedance. RFS er i opsigelsen blevet stillet i udsigt, at de sammen med andre foreninger kan få en brugsret til anlægget. Per Bülow har nu henvendt sig til kommunen for at få en dialog med Kultur- og Fritidsudvalget om fremtiden.

AALBORG Reception. 60 års jubilæum

Aalborg Firmsport har været medspiller i det aalborgensiske idrætsliv i 60 år. Jubilæet bliver markeret med en reception den 18. februar 2008 i Aalborg Firmsports lokaler, Godthåbsgade 8, Nørresundby,

NYT OM NAVNE

Verner Sørensen indstillet til Kulturministeriets Idrætspris 2007

Formanden for Aalborg Firmasport, Verner Sørensen, var af DFIF indstillet til at modtage Kulturministeriets Idrætspris 2007. Indstillingen skete på baggrund af Verner Sørensens store engagement som leder i firmaidrætten, der går helt tilbage til 1969, hvor han startede som udvalgsmedlem i firmaidrætsklubben BP. Verner Sørensen har flere gange modtaget udmærkelser for sit frivillige arbejde. I 1980 modtog han Aalborg Firmasports lederpokal, i 1985 modtog han DFIF's hæderstegn, i 1997 modtog han DFIF's fortjensttegn og i 2001 blev han hædret med DFIF's guldnål.

Ved DFIF's repræsentantskabsmøde i Hillerød den 17. november 2007 blev Verner Sørensen hædret som Årets Leder 2007 i DFIF, en hæder der blev tildelt som et fortjent skulderklap for hans engagement ved afviklingen af DFIF's store Firmaidrætsfestival i Aalborg i 2005 og sidst – men ikke mindst – den internationale idrætsbegivenhed European Company Sport Games 2007, der samlede 5.200 deltagere fra 21 lande i Aalborg i slutningen af juni måned 2007.

Nye folk i den centrale ledelse i DFIF

På repræsentantskabsmødet i Hillerød i november blev der valgt nye ledere ind i MpA-udvalget (Motion på Arbejdspladsen) og i Kommunikationsudvalget.

Bjarne Thisgaard er nyt medlem i MpA. Bjarne er afdelingschef ved KIM's i Sønderø på Fyn, og er formand for Nordfyns Firmaidræt. Bjarne var medstifter af Nordfyns



Knud Johansen er ny formand for DFIF's Kommunikationsudvalg.



Aja Andersen er nyt medlem af DFIF's Kommunikationsudvalg.



Bjarne Thisgaard er nyt medlem i forbundets udvalg for MpA-udvalget.

Firmaidræt i 2005, og har i mange år deltaget i firmaidræt både organisatorisk og aktivt.

Knud Johansen blev valgt som ny formand for DFIF's Kommunikationsudvalg, hvor han afløser Freddy Juhl, Ikast. Knud Johansen er et kendt ansigt i DFIF, idet han har siddet i DFIF's styrelse i en lang årække frem til 2006, hvor han på grund af nyt job i udlandet (Spanien) måtte trække sig fra styrelsesarbejdet. Knud Johansen var formand for IT-udvalget, der på flere måder var en forløber for det senere PR-udvalg og nuværende Kommunikationsudvalg, så han har en solid indsigt og kendskab til de problemstillinger, der rører sig på kommunikationsområdet.

Aja Andersen er nyt medlem i DFIF's Kommunikationsudvalg. Aja Andersen er også et kendt ansigt i DFIF. Aja har tidligere siddet med i forbundets PR-udvalg, og hun har stor erfaring med kommunikation fra sit frivillige arbejde som redaktør og PR-kvinde i Næstved Firma Sport, hvor hun har været med til at gøre Næstved Firma Sport til en af de bedst profilerede foreninger i Næstved.

Styrelsen har konstitueret sig

DFIF's styrelse har efter repræsentantskabsmødet i Hillerød konstitueret sig som følger: Svend Mandel

Hansen er ny tilforordnet i Revisionsudvalget. Claus Schou er ny tilforordnet i Idræts & Motionsudvalget. Helle Friis Kristiansen er ny tilforordnet i Kommunikationsudvalget. Ragna Knudsen fortsætter som tilforordnet i MpA-udvalget samt i arbejdsgruppen "Kvinder på Toppen".

I de eksterne udvalg og organisationer fortsætter Peder Bisgaard i bestyrelsen for Danske Spil og i bestyrelsen for Lokale- og Anlægsfonden samt i Idrættens Fællesråd. Sidstnævnte i følgeskab med generalsekretær Jan Steffensen.

I Friluftsrådet er Claus Schou ny tilforordnet, og Vibeke Kjestrup, fra Dansk Motions Forbund fortsætter.

I Anti Doping Danmark (ADD) fortsætter Tonny Andersen, der er indstillet af DFIF. Bestyrelsesmedlemmerne i ADD beskikkes af kulturministeren for en 4-årig periode.

Helle Friis Kristiansen er tilforordnet Vejle Idrætshøjskole og Vejle Idrætsefterskole, Nordjyllands Idrætsskole i Brønderslev samt Idrætsskolerne Ikast.

Claus Schou er tilforordnet i samarbejdet mellem Dansk Fodbold-dommer Union samt i samarbejdet mellem DBU, DGI, KFUM og DFIF, og han har følgeskab af Svend Aage Bødker (Idrætsansvarlig fodbold). Claus Schou er også tilforordnet Dansk Håndboldkommer Union sammen med Egon Møller Pedersen (Idrætsansvarlig håndbold).

Firmaidræt foråret 2008

Udkommer

- Nr. 2: Marts 2008 27. februar
 Nr. 3: April 2008 27. marts
 Nr. 4: Maj 2008 30. april
 Nr. 5: Juni 2008 29. maj

Deadline tekst og ann.

7. februar
 6. marts
 8. april
 8. maj

Trimguiden 2008 på gaden

Motionsløbernes foretrukne opslagsværk, Trimguiden 2008, er udkommet med en udførlig oversigt over mere end 800 arrangementer for løbe-, cykel- og stavgangsmotion m.v. Samtlige løb listes op i kronologisk rækkefølge, og enhver motionsglad dansker kan finde alle oplysninger om tid, sted, distance, tilmelding, gebyr, arrangør m.m. for samtlige løb.

Ud over den samlede fortegnelse over årets motionsløb bringer Trimguiden 2008 også en liste over mere end 25 kvindeløb, 25 børneløb, 25 stafetløb, 50 hel- og halvmaratonløb, 10 stavgangsarrangementer, 15 ekstremløb og 10 duathlon- og triathlonløb. Derudover findes der fællestræninger, serie- og etapeløb samt cykelmotionsløb.

Trimguiden 2008 findes også i en elektronisk udgave på www.trimguiden.dk, hvor alle oplysninger løbende op-



Trimguiden koster 70 kr. excl. forsendelse.

dateres, og hvor nye arrangementer føjes til. Bag udgivelsen står Dansk Atletik Forbund (DAF), Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF) og Danske Gymnastik- & Idrætsforeninger (DGI).

Nordic Company Sport Games 2008

DFIF har nu modtaget den officielle invitation til Nordic Company Sport Games, der afvikles i Göteborg fredag den 30. maj 2008 til søndag den 1. juni 2008 sammen med den svenske sommer-Korpiade, der samler over 1.500 deltagere. Nordic Company Sport Games er de officielle nordiske mesterskaber i firmaidræt, og mesterskabet er åbent for alle, der er medlemmer af en af de fire nordiske firmaidrætsorganisationer i Sverige, Norge, Finland og Danmark.

Mesterskaberne udskrives i følgende idrætsgrene: Fodbold 7 m/k, golf, håndbold m/k/mix, badminton, bowling og indebandy. Aldersgrænserne vil blive under 20 år, 20 - 40 år, og over 40 år. Der vil også være mulighed for at deltage i de øvrige idrætsgrene i Korpiaden i Göteborg samt i aftenfesten lørdag aften.

Det er planen, at Nordic Company Sport Games skal afvikles hvert andet år. I 2010 i Danmark (sammen med DFIF's Firmaidrætsfestival i Odense). I 2012 skal Finland være værter og i 2014 skal stævnet afvikles i Oslo.

Se mere om Nordic Company Sport Games 2008 i Göteborg på www.korpen.se/korpiaden/



Dansk Firmaidrætsforbund

Storebæltsvej 11 • 5800 Nyborg
 Tlf. 65 31 65 60 • Fax 65 30 14 26

Ekspedition:

Man.-torsdag kl. 8.00-15.30.
 Fredag kl. 8.00-15.00.

Generalsekretær

Jan Steffensen
 Ærtekilen 6
 5492 Vissenbjerg
 Tlf. 64 47 33 17
 Mobiltlf. 40 33 99 20
 E-mail: jst@dfif.dk

Styrelsen

Formand Peder Bisgaard
 Kighusvænget 21
 3400 Hillerød
 Tlf. 48 26 96 43
 Mobiltlf. 24 45 30 15
 E-mail: bits@dfif.dk

Næstformand Ragna Knudsen
 Bøgevej 32, Rindum
 6950 Ringkøbing
 Tlf. 97 32 23 15
 Mobil 23 39 76 04
 E-mail: ragna@dfif.dk

Claus Schou
 Skovager 5
 Gevninge
 4000 Roskilde
 Tlf. 46 37 05 21
 Mobiltlf. 21 60 05 85
 E-mail: claus.schou@dfif.dk

Helle Friis Kristiansen
 Sæbygårdvej 32 B
 9300 Sæby
 Tlf. arb. 98 46 43 69
 Mobil 51 52 23 06
 E-mail: kontakt@sæby-firmaidraet.dk

Svend Mandel Hansen
 A. L. Drewsensvej 14, 2. th.
 2100 København Ø
 Tlf. 35 43 27 04
 Tlf. arb. 72 37 66 38
 E-mail: svend.mandel@skat.dk

Afdelingsleder kommunikation

Lars Borup Andersen
 Kissendrupvej 18
 5800 Nyborg
 Mobiltlf. 40 16 85 60
 E-mail: lb@dfif.dk

Redaktør

John Thrane
 Capellavænget 12
 5210 Odense NV
 Tlf. 66 16 08 88
 Mobiltlf. 20 45 55 02
 E-mail: jt@dfif.dk

Kommunikationskonsulent

Camilla Svenstrup
 Thuresensgade 4, 2. tv
 5000 Odense C
 Telefon: 66192093
 Mobil: 61556264
 E-mail: camilla@dfif.dk

Presseansvarlig

Jesper Ræbild
 Dyrehavevej 53
 5800 Nyborg
 Telefon: 65 31 82 20
 Mobil: 23 29 80 67
 E-mail: jesper@dfif.dk

Afdelingsleder Idræt & Motion

Jan Knudsen
 Teglhøjen 57
 5690 Tommerup
 Telefon: 65 91 08 03
 Mobil: 40 45 78 60
 E-mail: au.jan@dfif.dk

Konsulenter Idræt & Motion

Jane Have L. Andersen
 Lyngvænget 8
 5800 Nyborg
 Telefon: 65 31 72 53
 Mobil: 40 45 78 67
 E-mail: jha@dfif.dk

Carsten Hansen
 Westermannsvej 15, st.
 5230 Odense M
 Telefon: 65 91 04 01
 Mobil: 40 45 78 67
 E-mail: ch@dfif.dk

Steen S. Pedersen
 Baumgartensvej 25
 5000 Odense C
 Mobil: 40 51 10 02
 E-mail: steen@dfif.dk

Ann Baunbæk Hansen
 Gl. Grevegård 7, Skalbjer
 5492 Vissenbjerg
 Telefon: 65 30 14 26
 Mobil: 61 20 90 58
 E-mail: abh@dfif.dk

Afdelingsleder Mpa

Bo Isaksen
 Vestergade 3
 5881 Skårup
 Tlf. 62 23 14 33
 E-mail: au.bo@dfif.dk

Foreningskonsulent

Peder Trolle
 Vestre Gade 8 B
 2605 Brøndby
 Telefon: 35 36 10 00
 Mobil: 61 20 90 59
 E-mail: ptb@dfif.dk

Sannie Kalkerup
 Skovhaven 6, Eskilstrup
 4560 Vig
 Tlf. 59 32 83 84
 Mobiltlf. 40 45 78 63
 E-mail: sk@dfif.dk

Torben Laursen
 Gl. Kongevej 48
 6200 Aabenraa
 Tlf. 74 63 25 15
 Mobiltlf. 40 45 78 64
 E-mail: tl@dfif.dk

Jan Grumstrup
 Vibevej 20
 9500 Hobro
 Tlf. 98 51 01 01
 Mobiltlf. 40 33 98 32
 E-mail: jg@dfif.dk

Per Nedergaard Rasmussen
 Elmeallé 9, V. Nebel
 6040 Egtved
 Telefon: 7555 3028
 Mobil: 6161 4055
 E-mail: pnr@dfif.dk

Lise Vestergaard
 Ildervej 24, 8680 Ry
 Telefon: 86 15 16 87
 Mobil: 22 38 11 78
 E-mail: lv@dfif.dk

Nye elektroniske muligheder på www.dfif.dk

Log-in på "Min side" på www.dfif.dk med dit 6-cifrede medlemsnummer og få del i de mange nye muligheder for medlemservice

Mandag den 7. januar 2008 gik DFIF i luften med en ny elektronisk service til alle forbundets brugere. Med den nye elektroniske service kan du, som bruger, selv gå ind på www.dfif.dk og vedligeholde dine personlige oplysninger (adresse, e-mail, foreningstilknøytning m.v.). Du kan skrive dig på DFIF's mailinglister efter interesse, tilmelde dig til forbundets stævner og kurser, købe varer i forskellige webshops og f. eks. vælge at betale online med betalingskort.

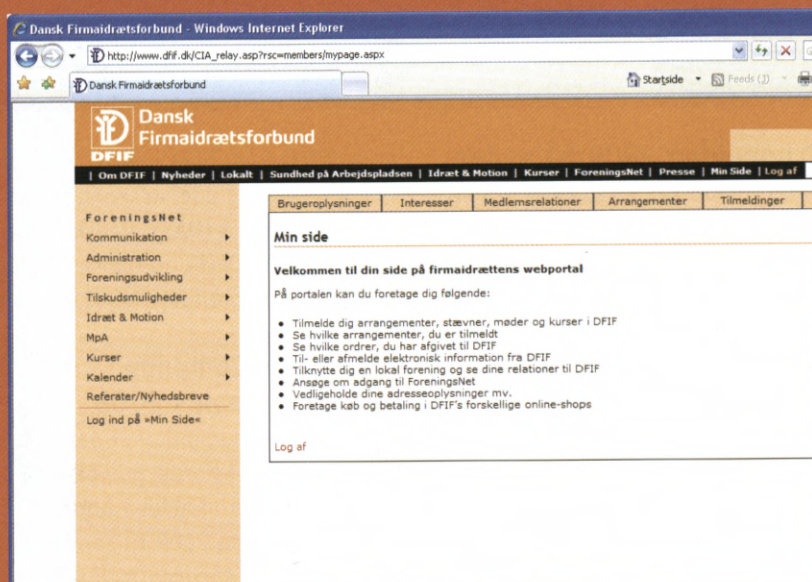
De nye elektroniske muligheder på DFIF's hjemmeside er udviklet for at gøre det nemt, hurtigt og mere enkelt for forbundets brugere at betjene sig selv. DFIF håber, at du, som bruger vil benytte denne service og samtidig opleve de nye muligheder på hjemmesiden som en forbedret og mere fleksibel service fra forbundet.

"Min side" og log-in

For at sikre at andre brugere ikke kan se og rette i dine personlige oplysninger, er der oprettet en personlig side – "Min side" – til alle brugere. Denne kan kun tilgås ved hjælp af din e-mail-adresse og en personlig adgangskode. Hvis du har været registreret i DFIF's system med en gyldig e-mail-adresse, har du modtaget adgangskoden fredag den 4. januar pr. mail, og du behøver derfor ikke at læse videre.

Log-in ved hjælp af kontonummer

Hvis du derimod ikke har fået log-



in oplysninger på e-mail den 4. januar, er det fordi forbundet ikke har din e-mail adresse registreret. Som modtager af Firmaidræt er du allerede registreret som bruger, og kan derfor logge ind ved hjælp af det 6-cifrede medlemsnummer, som er printet sammen med dit navn forrest på den folie, der har været omkring dette nummer af Firmaidræt.

Du skal gå ind på dette link www.dfif.dk/nylogin.asp og angive din e-mail og medlemsnummeret, som er printet sammen med din adresse på folien. Når du logger ind ved hjælp af kontonummeret, får du direkte adgang til de oplysninger, som allerede er registreret om dig i forbundets database. Herefter vil du få tilsendt de log-in oplysninger som du kan bruge fremover, når du logger ind på din side, hvor du kan benytte de forskellige services, som DFIF tilbyder.

Spørgsmål?

Har du spørgsmål eller brug for yderligere information, kan du kontakte forbundet på e-mail dfif@dfif.dk eller Kommunikationsafdelingen på telefon 65 31 65 60.

På "Min side" kan du:

- Tilmelde dig arrangementer, stævner, møder og kurser i DFIF
- Se hvilke arrangementer, du er tilmeldt
- Se hvilke købsordrer, du har afgivet til DFIF
- Til- eller afmelde elektronisk information fra DFIF
- Angive en lokal forening, som du er tilknyttet/medlem hos
- Ansøge om adgang til ForeningsNet
- Vedligeholde dine adresseoplysninger m.v.
- Foretage køb og onlinebetaling i DFIF's forskellige onlineshops